

Blumenkohlsuppe mit gerösteten Rosinen und Kapern

Für 3-4 Personen

1 Blumenkohl
2 EL Butter oder Ghee
150 ml Weißwein (Glas)
ca. 500ml Gemüse- oder Hühnerfond
100ml Sahne
etwas Crème fraîche
Prise Zucker
1 Schuss Sherryessig
Salz, Pfeffer
Muskatnuss

Olivenöl
1 EL Kapern (Glas)
1-2 EL Rosinen oder Sultaninen

Messer
Brett
Topf
Pfanne
Stand- oder Stabmixer

- [1] Vom Blumenkohl die Rosen vom Strunk abschneiden und in Butter anschwitzen bis diese leicht braun wird, sprich die Eiweißteilchen in der Butter Farbe nehmen.
- [2] Mit Weißwein ablöschen und diesen etwa um die Hälfte reduzieren lassen. Mit dem Fond auffüllen und so lange bei kleiner Hitze kochen lassen bis sich die Blumenkohlröschen mit einem Messer unter leichtem Widerstand zerteilen lassen. Nun die Sahne hinzugeben und aufkochen lassen.
! Je heißer man Suppen püriert, umso feiner wird das Ergebnis. !
- [3] Rosinen & Kapern hacken und in einer Pfanne mit Olivenöl rösten.
- [4] Den Blumenkohl in einem Standmixer möglichst heiß pürieren. Mit Crème fraîche, Essig, Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken und zum Servieren mit Kapern und Rosinen bestreuen.

! Grundsätzlich bekommt man den besten Geschmack, wenn man helles Gemüse wie etwa Spargel oder Blumenkohl direkt in Fett gart. Grünes Gemüse, sollte vorher blanchiert oder in Salzwasser gegart werden. !

! Kohl passt hervorragend mit Nüssen zusammen. Rosenkohl oder Blumenkohl mit Mandel, Brokkoli und Walnuss.!

! Schnelle Suppen. Natürlich kann man Suppen mit Fond oder Brühe kochen, aber z.B. Brokkolisuppe lässt sich auch ausgezeichnet nur mit Wasser und Brokkoli zubereiten. Hierzu die Rosen des Brokkoli vom Strunk trennen, in kochendes Salzwasser werfen, von oben nachsalzen und so lange kochen lassen bis sie die Rosen mit einem Messer nach leichtem Widerstand zerteilen lassen, in einen Mixer geben, zu 1/3 mit dem Kochwasser bedecken, mixen und mit Pfeffer und Olivenöl abschmecken. Dazu passt Ziegenkäse und Nusspesto als Einlage hervorragend. !