

Jeder kann kochen, er braucht nur Mut: Geröstete Blumenkohlsuppe

Morgens Leute, „The Cook“ again!



Manchmal ist kochen einfach nur eine Idee bekommen und umsetzen. Das möchte ich euch heute zeigen. Mir ist ein Blumenkohl und einen Kohlrabi in die Hände gefallen und schon hatte ich eine Idee.

Ihr müsst ja wissen, ich achte auf vieles und das schöne ist, dass man Blumenkohl nebst Kohlrabi relativ gut lagern kann.

Ich schaute aus dem Küchenfenster und bei dem schönen Wetter und dem Frühling da draußen hatte ich die Idee eine geröstete Blumenkohlsuppe zu machen. Das ist was frisches und passt ganz gut zum kommenden Sommer.

Also ran an die Zutatenliste, die nicht so tragisch ist.

Ihr braucht also den Blumenkohl, einen kleinen Kohlrabi pro Person, bitte mit den Blättern, die werden Deko, Limetten, Weißwein, Ingwer, Zwiebel, Knobli, Chili, Kokossahne und Gewürze. Ihr kennt mich, ich schreibe ungern die Mengenangabe dazu, dass solltet Ihr dich schon langsam können. Brutal gesagt. Pro Person immer mit einer „eins“ arbeiten, also z.B. 1 Zwiebel, 100 ml Kokosmilch usw. bei mehr Leuten einfach mal die Anzahl, grob stimmt das immer, die Feinabstimmung müsst

Ihr eh selber machen, aber kommen wir jetzt zum zubereiten

Der Blumenkohl wird zuerst nackig gemacht, also von allen Blättern befreit und dann atomisiert. Heißt, er wird mit Stumpf und Stiel in kleine Stücke verwandelt, so dass sich eine möglichst große Fläche für Röstaromen bildet. Das kommt alles in eine große Pfanne mit Öl, geht auch in zwei bis drei Chargen, und wird kräftig angebraten. Heißt ja geröstete Suppe. Um das Aroma zu unterstützen, könnt Ihr, wenn alles schön rehbraun ist, eine Prise Zucker begeben und kurz karamellisieren lassen.

In der Zwischenzeit werden eine große Metzgerzwiebel oder zwei bis drei kleine sowie Knoblauch geschält, klein geschnitten und in einem großen Topf in Butter (Veganer nehmen Öl) angeschwitzt. Wenn alles schön glasig ist, kommen die Chili und der Ingwer zu. Kurz mit angehen lassen, den gerösteten Blumenkohl unterheben und mit Weißwein ablöschen. Diesen bis auf Minimum reduzieren lassen und mit der Kokossahne auffüllen. Erst jetzt mit ein wenig Salz und Pfeffer würzen. Muskat und / oder Mazis darf auch rein und ein wenig Limettensaft und der Abrieb sowieso, der bringt den meisten Geschmack. Das kann nun gut zwanzig Minuten köcheln, bis alles weich ist und sich pürieren lässt.

Während die Suppe kocht, wird der Kohlrabi geschält. Am oberen Ende nur die Blätter entfernen und an der Wurzel eine kleine Standfläche abschneiden, das wird unsere Suppenschüssel. Wenn er ringsum sauber ist, oben einen Deckel abschneiden, so dass die Kugel jetzt mit einem Parisier Ausstecher ausgehöhlt werden kann. Geht auch mit einem scharfen Löffel, sieht aber nicht so schön aus wie die kleinen Murmeln. Den Innenraum schön glätten.

Wenn die Suppe püriert ist, noch mal abschmecken und ggf. mit etwas Brühe verdünnen. Die Kohlrabis jetzt in kochendem Salzwasser bissfest garen und die Murmeln vom Aushöhlen langsam in der Pfanne knusprig braten. Langsam, damit sie

bissig bleiben aber trotzdem nicht mehr ganz roh sind. Nebenher in einem kleine Topf Öl erhitzen, außer Ihr habt eine Fritte. Darin die Kohlrabi Blätter ausfrittieren, auf Krepp abtropfen und leicht salzen.

Zum Anrichten den Kohlrabi aus dem Wasser fischen und kurz kopfüber abtrocknen lassen. Die Suppe einfüllen, die gebratenen Murmeln einstreuen und den Deckel auflegen. Wenn Ihr den ein wenig einritzt, kommen da hinein die frittierten Blätter.

Auf geht's, viel Spaß dabei meine Lecker Schmecker!