

Rotkohlsuppe – wärmt von innen

Zeitaufwand 40 Minuten - Vegetarisch



Zutaten – 2 Portionen

400 g Rotkohl
1 Kartoffel
1 Zwiebel, rot
2 Knoblauchzehen
1 Stk. Ingwer
1 Chilischote, getrocknet
Rapsöl
100 ml Kokosmilch
500 ml Gemüsebouillon
2 EL Crème fraîche
1 EL Kürbiskernen
Zitronensaft
1 Handvoll Kräuter
Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung

1. Die Zwiebel kleinschneiden, den Knoblauch pressen, den Ingwer schälen und fein raspeln. Die Chilischote fein schneiden. Den Rotkohl fein schneiden. Die Kartoffel schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Gemüsebouillon vorbereiten.
2. Zuerst die Zwiebel zusammen mit dem Chili in etwas Rapsöl anschwitzen, dann den Rotkohl, die Kartoffeln und den Knoblauch hinzufügen und für 3-4 Minuten mit andünsten, dann den Ingwer dazugeben und mit Kokosmilch und Gemüsebouillon auffüllen, bis der Rotkohl bedeckt ist. Die Suppe 15 Minuten köcheln lassen, dann mit Muskat würzen und anschliessend pürieren. Je nach Konsistenz mit Wasser auffüllen. Dann mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Gegebenfalls nochmals aufwärmen.
3. Suppe in 2 Schüssel füllen, Crème fraîche hinzufügen. Mit Kürbiskernen und frischen Kräutern dekorieren. Gut dazu passte eine Scheibe kross getoastetes Brot-

Tipp: heisse, glasierte Marroni klein schneiden und ebenfalls auf die Suppe verteilen

Ihr Linear Küchen Team wünscht Ihnen gutes Gelingen!