

Fruchtige Rotkohlsuppe mit Muskatschaum

4-8 Pers.

Zutaten

1 gr. Zwiebel geschält
3 EL Rapsöl
Ca. 1,5 l Gemüsebrühe
1/2 kl. Rotkohl
2 gr. Äpfel (z.B. Boskop)

1 Lorbeer- oder Limettenblatt
1 Zimtstange
1 Gewürznelke
1 Sternanis
2-4 EL Himbeeressig
2-4 EL Cassissirup oder
Johannisbeer-Marmelade
Salz, Szechuan Pfeffer
1-2 TL gemahlener Piment
2 TL Thymian

125 ml Hafer-Soja Milch
(Barrista)
Muskatnuss, Salz

Zubereitung

Handschuhe anziehen!!!

In Würfel schneiden, anschwitzen in
+ Mit
Ablöschen,
Strunk entfernen, in grobe Stücke schneiden.
Kerngehäuse entfernen, würfeln und dazugeben

Im Teebeutel/Gewürzei :

+
+
+
ca. 25 Min. garen, dann Gewürzei entfernen,
pürieren, abschmecken mit:

Erhitzen und aufschäumen erst und **kurz vor**
dem Servieren würzen.

Tipp:

- auch Coutons oder Haferknusper schmecken darauf noch gut oder gehackte Datteln/Cranberries...
- mit der anderen Rotkohlhälfte kann gut ein Salat gemacht werden
- wenn man 1 Kaffeetasse/Person herausnimmt und andickt mit etwas Reismehl hat man eine lecker Soße für ein veganes Gericht, z.B. zu einem Selleriebraten oder zu Kartoffelgratin.