

Blumenkohl-Suppe, Blumenkohl-Crumble, Blumenkohl-Tempura

Für zwei Personen

Für das Blumenkohl-Süppchen:

| | | |
|------------------------|-------------------|------------------|
| 1 Blumenkohl | 3 cm Ingwer | 1 Zitrone |
| 100 ml Kokoswasser | 300 ml Gemüsefond | 100 ml Sahne |
| 1 Stängel Zitronengras | 2 EL Currypulver | Muskatnuss, Salz |

Für die Blumenkohl-Crumble:

| | | |
|------------|--------------|------------------|
| 50 g Panko | 100 g Butter | Muskatnuss, Salz |
|------------|--------------|------------------|

Für Blumenkohl-Tempura:

| | | |
|------------|--------------|------------------|
| 100 g Mehl | 100 g Stärke | Pflanzenöl, Salz |
|------------|--------------|------------------|

Für das Blumenkohl-Süppchen:

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Ca. 1/3 des Blumenkohls in kleine Stücke schneiden und in einen Topf geben. Kokoswasser und Gemüsefond dazu geben und aufkochen lassen. Mit 1 Prise Currypulver würzen. Zitronengras mit einem Messer in der Mitte spalten und mit in den Topf geben. Sahne hinzugeben und klein geschnittenen Ingwer. Den Saft einer Zitronenhälfte in die Suppe geben, mit Salz würzen und alles ca. 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend pürieren und bei Bedarf vor dem Servieren durchsieben.

Für die Blumenkohl-Crumble:

1/3 des Blumenkohls in kleine Röschen unterteilen und in einer Pfanne mit Butter andünsten. Panko untermischen. Mit Salz und Muskatnuss würzen.

Für Blumenkohl-Tempura:

Mehl und Stärke miteinander vermengen und nach und nach ca. 250 ml kaltes Wasser unterrühren bis ein glatter Teig entsteht. Salzen.

Restlichen Blumenkohl in mundgerechte Röschen teilen und diese einzeln durch den Teig ziehen. In der Fritteuse goldbraun ausbacken und auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

Björn Freitag am 18. November 2022