

# Sopa mallorquina - Eintopf

## Für 6–8 Personen

|                          |                           |                            |
|--------------------------|---------------------------|----------------------------|
| 1 kleiner Spitzkohl      | 1 Bund Frühlingszwiebeln  | $\frac{1}{2}$ Blumenkohl   |
| 4 kleine Tomaten         | 100 g junger Blattspinat  | 5 Mangoldblätter           |
| 2 Knoblauchzehen         | 8 El Olivenöl             | Salz                       |
| Pfeffer                  | 3 Tl mildes Paprikapulver | 150–200 g altbackenes Brot |
| 1 Bund glatte Petersilie | Olivenöl zum Beträufeln   |                            |

Spitzkohl putzen, den Strunk dabei keilförmig herausschneiden. Die Blätter in Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, das Weiße und Hellgrüne in dünne Ringe schneiden. Den Blumenkohl putzen und in kleine Röschen teilen. Von den Tomaten den Stielansatz entfernen. Tomaten grob würfeln. Spinat und Mangold waschen und trocken schleudern. Vom Mangold den Stiel abschneiden und anderweitig verwenden. Spinat und Mangold in Streifen schneiden. Knoblauchzehen in Scheiben schneiden.

Öl in einem großen Topf erhitzen. Frühlingszwiebeln zugeben, salzen und pfeffern, 2 Min. andünsten. Knoblauch und Blumenkohl zugeben, salzen und pfeffern, 2 Min. mitdünsten. Tomaten und Kohl zugeben, salzen und pfeffern und kurz mitdünsten. Spinat und Mangold untermischen und alles weitere 2 Min. dünsten.

1,3–1,5 l Wasser zugießen, aufkochen und mit Paprikapulver würzen. Bei milder Hitze ca. 20 Min. garen.

Brot am besten mit der Brotschneidemaschine in sehr dünne Scheiben schneiden. Im heißen Ofen bei 150 Grad (Umluft 130 Grad) auf einem Rost auf der mittleren Schiene ca. 10 Min. trocknen. Je 3–4 Brotscheiben in Suppenschalen legen und mit der Suppe übergießen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und mit einigen Petersilienblättchen bestreut servieren.

Tim Mälzer am 09. März 2012