

Blumenkohl-Suppe mit Kräuter-Garnelen

Für vier Portionen

| | | |
|--------------------------|-----------------------|---------------------------------|
| 1 Blumenkohl (ca. 700 g) | 1 Zwiebel | 20 g Butter |
| 800 ml Gemüsebrühe | 200 ml Sahne | Salz, Pfeffer |
| Cayennepfeffer | $\frac{1}{2}$ Zitrone | 12 Garnelen, küchenfertig |
| 3 Knoblauchzehen | 3 Stiele Petersilie | 3 Stiele Kerbel |
| 3 Stiele Thymian | 1 Zweig Rosmarin | $\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch |
| 2 EL Olivenöl | 20 g Butter | |

Außerdem:

Den Blumenkohl putzen, in Röschen (ca. 500 g) teilen und waschen. Zwiebel schälen und klein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Blumenkohl darin anschwitzen. Gemüsebrühe angießen. Die Suppe bei geschlossenem Deckel 15 Minuten köcheln lassen. Sahne zugeben und weitere zehn Minuten köcheln lassen, bis der Blumenkohl weich ist. Suppe fein pürieren und kräftig mit Salz, Pfeffer würzen und mit Cayenne und etwas Zitronensaft abschmecken.

Die Garnelen waschen, den Darm entfernen und trockentupfen. Knoblauch schälen und halbieren. Kräuter waschen, trocknen und die groben Stiele entfernen. Blätter fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Garnelen darin von beiden Seiten scharf anbraten. Knoblauch zum Braten mit in die Pfanne geben. Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen, Butter und Kräuter zugeben und alles gut unterschwenken.

Blumenkohlsuppe in Schalen anrichten. Die Garnelen nach Belieben auf Holzspieße stecken und auf den Schüsselrand legen.

Horst Lichter am 19. September 2015