

Wurzelcremesuppe

mit Rosenkohlblättern und Haselnüssen

Zutaten für 4 Personen als Suppenmahlzeit

Für die Suppe

400 g Petersilienwurzeln, geschält
150 g Pastinaken, geschält
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
25 g STERNENFAIR Butter
550 – 600 ml Gemüsebrühe
300 ml STERNENFAIR Vollmilch
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Saft von ½ - 1 Zitrone

Für den gebratenen Rosenkohl

200 g Rosenkohl
1 EL Olivenöl
30 g geröstete Haselnusskerne, grob gehackt
20 g STERNENFAIR Butter
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle



1. Die Petersilienwurzeln und die Pastinaken in dünne Scheiben oder Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Das Olivenöl und 15 g Butter erhitzen und darin die Zwiebeln, den Knoblauch und 1 Prise Salz farblos anschwitzen. Das Wurzelgemüse zugeben und 2 – 3 Minuten farblos mitdünsten.
2. Die Gemüsebrühe (550 ml) und die Vollmilch aufgießen und die Suppe zugedeckt etwa 25 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse sehr weich ist.
3. Inzwischen den Rosenkohl putzen und die einzelnen Blätter abtrennen. Das innere Herz vierteln.
4. Die Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren und je nach Bedarf mit 50 ml Gemüsebrühe verdünnen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und die restliche kalte Butter (10 g) untermixen.

5. Das Olivenöl in einer Pfanne gut erhitzen. Die Rosenkohlblätter zugeben und 1 – 2 Minuten scharf anbraten, dabei öfters durchschwenken. Die Haselnüsse und die Butter zugeben, gut durchschwenken und glasieren. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Die Wurzelcremesuppe auf tiefe Teller verteilen und die gebratenen Rosenkohlblätter mit den Haselnüssen darüber geben.

Tipp

Die Pastinaken sind sehr bekömmlich und haben ein sehr süßliches und nussiges Aroma. Ersatzweise kann die Suppe auch nur mit Petersilienwurzeln zubereitet werden.

Gutes Gelingen und einen guten Appetit wünscht Ihnen

Irmir Rumberger und das sternenfair Team