

Cremige Spinatsuppe mit crunchy Kichererbsen

30—45 Min

Zutaten für 4 Portionen

= Kotányi Produkte

400 g	Tiefgekühlter Spinat
200 g	Kartoffeln
1 L	Gemüsesuppe
80 g	Zwiebeln
1 TL	Weißer Balsamicoessig
2 Stk.	Knoblauchzehen
1 El	Knoblauchscheiben
1 EL	Olivenöl
1 Prise	Pfeffer bunt ganz
1 Prise	Himalayasalz
1 Prise	Muskatnuss gemahlen

Für die Kichererbsen

1	Dose vorgegarte Kichererbsen (Abtropfgewicht 250g)
3 EL	Olivenöl
1 TL	Himalayasalz
1 Prise	Knoblauch pikant
1 TL	Garam Masala

Zubereitung

1. Im ersten Schritt den aufgetauten Spinat kräftig auspressen. Die Kartoffeln schälen und in etwa ein Zentimeter große Würfel schneiden. Dann die Gemüsesuppe erhitzen und die Kartoffeln für etwa 15 Minuten darin kochen.
2. In der Zwischenzeit die Zwiebeln in Würfel schneiden. Knoblauch schälen und pressen. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Zwiebel anschwitzen. Den ausgepressten Spinat sowie den frischen Knoblauch & Kotányi Knoblauchscheiben für ein paar Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise gemahlener Muskatnuss verfeinern.
3. Sobald die Kartoffeln weich gekocht sind, diese gemeinsam mit dem Spinat aus der Pfanne cremig pürieren. Nochmals mit Salz und Pfeffer und einem Schuss weißem Balsamico abschmecken.
4. Als Topping eignen sich knusprige Kichererbsen. Dafür den Ofen auf 200° C vorheizen und ein Blech mit Backpapier belegen. Die Kichererbsen in einem Sieb abtropfen lassen, gründlich abspülen und anschließend mit Küchenrolle trocken tupfen.
5. Nun die Kichererbsen in eine Schale geben und mit drei Esslöffel Olivenöl vermischen und gleichmäßig auf dem Backblech verteilen und für etwa 30 Minuten backen. Eine Prise Himalayasalz, ein Esslöffel Knoblauch granuliert und Garam Masala werden in einer Schüssel miteinander verrührt.
6. Damit die Kichererbsen gleichmäßig braun und knusprig werden, während der Backzeit zweimal wenden. In einer Tüte mit den Gewürzen vermengen. Danach auskühlen lassen und als Topping für die Suppe verwenden.