



Zutaten 2 Portionen

🖊 = Kotányi Produkte

0.5 Stk. Blumenkohl 50 ml Obers 300 ml Klare Gemüsesuppe Vorgegarte Kichererbsen 250 g Bund frische Petersilie 0.5 Weißwein 4 EL 2 EL Pflanzenöl 0.5 TL ★ Koriander gemahlen ✔ Curcuma gemahlen 0.5 TL 0.5 TL 0.5 TL **✓** Zimt gemahlen

★ Knoblauch granuliert

Kichererbsensuppe mit Blumenkohl und Petersilie

Zubereitung

- 1 Wasser in einem Topf zum Kochen bringen.
- 2 Blumenkohl grob zerkleinern und darin weichkochen. Abgießen und zusammen mit Obers, klarer Gemüsesuppe, 150 g Kichererbsen, der Hälfte der Petersilie und Weißwein mit einem Standmixer fein pürieren.
- 3 Suppe in den Topf geben, erhitzen und mit den Gewürzen abschmecken. Zehn Minuten köcheln lassen.
- 4 Öl in einer Pfanne erhitzen und die übrigen Kichererbsen darin goldbraun anbraten. Auf einem Teller mit Küchenpapier auskühlen lassen.
- 5 Die würzige Suppe mit der gehackten Petersilie und den knusprigen Kichererbsen servieren und genießen.



0.5 TL