



Kichererbsensuppe mit Karfiol und Petersilie

🕒 20–30 Min   

Zubereitung

- 1 Wasser in einem Topf zum Kochen bringen.
- 2 Karfiol 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. 10 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.

Zutaten für 2 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

0.5 Stk.	Karfiol
50 ml	Obers
300 ml	Klare Gemüsesuppe
250 g	Vorgegarte Kichererbsen
0.5	Bund frischer Petersilie
4 EL	Weißwein
2 EL	Pflanzenöl
0.5 TL	♦ Koriander gemahlen
0.5 TL	♦ Curcuma gemahlen
0.5 TL	♦ Bio Ingwer gemahlen
0.5 TL	♦ Zimt gemahlen
0.5 TL	♦ Knoblauch granuliert

