# Blumenkohlsuppe

Ein schönes Rezept für Blumenkohlsuppe, das von der klassischen Form etwas abweicht: Statt mit Schlagobers wird die Suppe mit Sojamilch gebunden.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 10 min

**Koch/Backzeit:** 45 min

**Gesamtzeit:** 55 min

## Zutaten

| | |
|---|---|
| 250 g | Blumenkohl |
| 750 ml | Salzwasser |
| 2 EL | Maiskeimöl |
| 40 g | Mehl |
| 1 Prise | Suppenwürze |
| 1 Prise | Muskatnuss |
| 40 g | Öl |
| 1 Prise | Pfeffer |
| 1 Prise | Salz |
| 250 ml | Sojamilch |

## Zubereitung

1. Für die **Blumenkohlsuppe** als Erstes den Blumenkopf in Röschen teilen und waschen. In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen.

2. Inzwischen die Sojamilch in einem kleineren Topf langsam aufwärmen, Salz und das Öl zufügen, warm halten. Sobald das Salzwasser kocht, die Blumenkohlröschen hineingeben und die Temperatur herunterschalten. Auf kleiner Stufe rund 15 Minuten köcheln lassen.

3. Nach der Garzeit das Kochwasser in einen weiteren Topf absieben, mit Wasser auffüllen, Kohlröschen zur Seite legen. Den ersten Topf wieder auf den Herd stellen, Öl zufügen, Mehl einrühren und goldgelb anschwitzen. Die warme Sojamilch und das Kohlwasser aufgießen, dabei ständig rühren, sodass sich keine Mehlklümpchen bilden. Die Suppe aufkochen und 10 Minuten sieden lassen. Mit Salz, Pfeffer, Suppenwürze und Muskatnuss abschmecken,

Blumenkohlröschen wieder zufügen. Weitere 20 Minuten auf kleiner Stufe garen lassen.

4. Zum Servieren in Suppenschalen füllen und nach Belieben mit frischen Kräutern garnieren.

## Tipp

Man kann die Blumenkohlsuppe als Vorspeise servieren oder mit Baguette als leichte Hauptmahlzeit genießen.