



Blumenkohl-Bratapfel-Rosmarin-Suppe

Chef: Elisabeth Ladenthin

Rezepttyp: Suppe

Küche: askenasisch, (P) parwe, (V) vegan

Vorbereitung: 30 min

Gesamtzeit: 45 min

Die Menge ist angegeben für **4 Portionen/Personen**

wie bei **Kochen und Genießen, 2018**

Diese Suppe wird häufig zu Rosch HaSchana – dem jüdischen Neuhahr – serviert, weil Äpfel aufgrund ihrer Süße (für ein süßes neues Jahr) und Form (Die Kugel als Symbol der ewigen Wiederkehr des Jahreskreises) sehr beliebt sind. Es passt sehr gut zum Spätsommer und Frühherbst aufgrund seiner Zutaten, kann aber auch später noch kalte Abende erwärmen. Es ist uns nicht gelungen, zu ergründen, ob es sich wirklich ausschließlich um ein askenasisches Rezept handelt, aber dort wurde es mit Sicherheit auch heiß geliebt.

Zutaten

Zutat	Menge	Bemerkung
Olivenöl	6 EL	anderes Öl geht auch, aber schmeckt nicht so gut.
Salz	nach Bedarf	
Pfeffer	nach Bedarf	
Blumenkohl	1 Stück	
Knoblauchpulver	2 TL	
Zwiebelpulver	2 TL	
Apfel	2 Stück	am besten Boskop
Zwiebel	1 Stück	
Knoblauchzehe	1 Stück	
ungesüßte Mandelmilch	3 Tassen	entspricht 720 g
Dijonsenf	3 TL	entspricht 45 g
Rosmarinzweige	4 Stück	

Hinweise: So wie das Rezept hier steht, ist es parwe, also zu milchigen und fleischigen Speisen erlaubt. Wenn kein Ofen zur Verfügung steht können Blumenkohl und Äpfel auch kurz in der Pfanne angebraten werden.

Zubereitung

1. Heizen Sie den Ofen auf 220°C vor. Fetten Sie ein Backblech ein mit 1 EL Olivenöl.
2. Waschen Sie den Blumenkohl und zerteilen ihn in grobe Stücke.
3. Geben Sie den Blumenkohl auf das gefettete Backblech und würzen Sie mit Knoblauchpulver, Zwiebelpulver, Salz und Pfeffer.
4. Backen Sie den Blumenkohl bis er etwas braun geröstet ist (ca. 10- 15 Minuten).
5. Währenddessen fetten Sie ein weiteres Backblech ein mit 1 EL Olivenöl.
6. Waschen Sie die Apfel und schneiden Sie in dünne Scheiben.
7. Geben Sie die Apfelscheiben auf das zweite gefettete Backblech.
8. Backen Sie die Apfel bis sie etwas braun geröstet sind (ca. 5 Minuten).
9. Würfeln Sie die Zwiebeln und Kacken den Knoblauch.
10. Erhitzen Sie eine Pfanne mit 1 EL Olivenöl bei mittlerer Hitze und geben die Zwiebelwürfel hinein und braten sie kurz an (ca. 5 Minuten).
11. Fügen Sie nun den Knoblauch mit in die Pfanne und lassen diesen eine weitere Minute kurz anbraten.
12. Zerkleinern Sie nun den gerösteten Blumenkohl und die Apfel (stellen Sie ein Paar Scheiben zur Seite für die Garnitur) in einer Küchenmaschine zusammen mit den Zwiebeln, dem Knoblauch, dem Senf und etwas Mandelmilch.
13. Fügen Sie weiter Mandelmilch hinzu bis Sie die gewünschte Konsistenz erreicht haben.
14. Lassen Sie die Suppe zusammen mit 2 Zweigen Rosmarin bei mittlerer Hitze köcheln.
15. Entfernen Sie die Rosmarinzweige nach dem Koch
16. Zum Anrichten, hacken Sie den restlichen Rosmarin und fügen ihn zusammen mit den Apfelscheiben auf die Suppe.

Es gezunterheyt • Guten Appetit! • עם געזונטערהייט