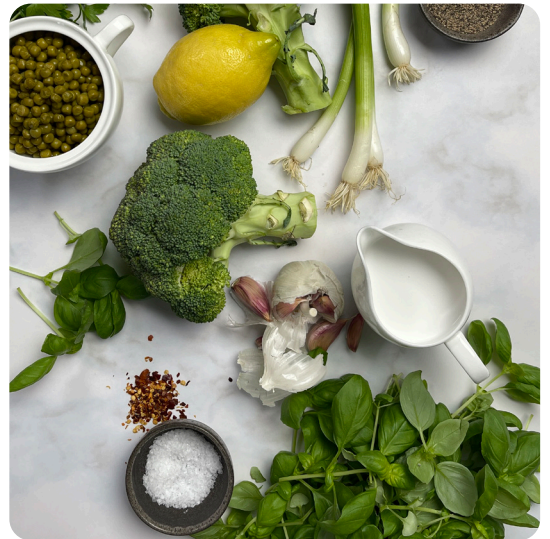
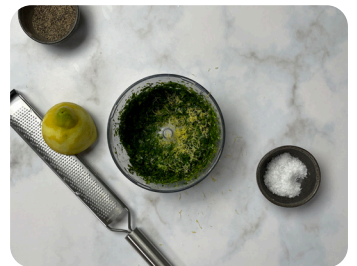
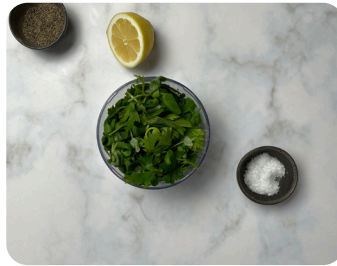


Lecker



ZWISCHENSCHRITTE



ZUBEREITUNG

Für die Zubereitung der Brokkolisuppe die Wurzeln der Frühlingszwiebel entfernen und die Zwiebel in Scheiben schneiden. Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Basilikum grob hacken. Brokkoliröschen abschneiden. Den Strunk soweit möglich schälen und in Würfel schneiden. Die Erbsen abtropfen lassen.

In einer mittelgroßen Pfanne 3 Esslöffel Pflanzenöl erhitzen und darin Frühlingszwiebeln und Knoblauch sowie Brokkoliröschen und -würfel scharf anbraten. Durch das Anbraten in der Pfanne entwickeln sich bessere Röstaromen. Dann alles in einen Topf umfüllen, Erbsen, 450 ml Kokosmilch, Gemüsebrühe und Gewürze ergänzen und alles 15 Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Gremolata zubereiten. Dafür Petersilienblätter von den Stielen zupfen und mit dem Basilikum fein hacken. Die Zitrone abreiben, halbieren und auspressen. Knoblauchzehe abziehen und pressen. Zitronenabrieb, die Hälfte des Zitronensafts und den gepressten Knoblauch mit den gehackten Kräutern sowie etwas Salz in eine Schüssel geben und vermengen.

Nun die Suppe fein pürieren und nochmals mit Salz, Pfeffer und restlichem Zitronensaft abschmecken.

Zum Servieren Suppe auf Teller verteilen und etwas Gremolata in die Mitte geben. Mit einem Löffel noch etwas Kokosmilch auf die Suppe träufeln und genießen.

ZUTATEN

Für die Brokkoli-Suppe:
 4 Frühlingszwiebeln
 2 Knoblauchzehen
 1 Bund Basilikum
 600 g Brokkoli
 1 kleine Dose Erbsen
 500 ml Kokosmilch
 800 ml Gemüsebrühe
 1 TL Chiliflocken
 1 TL Salz
 ½ TL schwarzer Pfeffer
 3 EL Pflanzenöl zum Anbraten

Für die Basilikum-Gremolata:

1 Bund Basilikum
 ½ Bund glatte Petersilie
 1 Bio-Zitrone
 1 große Knoblauchzehe
 etwas Salz



UTENSILIEN

Schneidebrett, Messer, Seiher, mittelgroße & beschichtete Pfanne, mittelgroßer Topf, kleine Schüssel, Feinreibe, Zitruspresse