1A+1B Vegetarisch

Blumenkohlsuppe mit Kurkuma

Zubereitungszeit
40 minuten

Portionen
Voor 2 personen

Zubereitungsart

1. Die Zwiebel würfeln und den Sellerie fein hacken. Das Öl in einem Topf mit dickem Boden erhitzen. Zwiebel und Sellerie 2 Minuten andünsten. Das Kurkuma hinzufügen und 1 Minute mitdünsten. Den Blumenkohl hinzufügen und die Brühe hinzugießen. Aufkochen und die Suppe 25-30 Minuten sanft köcheln lassen. Dann mit einem Stabmixer zu einer gleichmäßigen Suppe pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten

- [ ] 350 ml PS. food & lifestyle kruidenbouillon
- [ ] 200 g Blumenkohl in Röschen
- [ ] ¼ Zwiebel
- [ ] 1 Zweig Sellerie
- [ ] ½ EL Olivenöl
- [ ] 1 TL Kurkuma
- [ ] Frisch gemahlener Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**104 kcal**
Kohlenhydrate	**7 g**
Fett	**5 g**
Eiweiß	**4 g**