



K I N D E R A R Z T
D R . M I C H A E L H A U C H

Rezept im Monat Februar Blumenkohlsuppe mit Flädle

1 Blumenkohl
1,5 l Geflügelfond
250 ml Sahne
10 Safranfäden
Salz, Pfeffer, Muskat
Butter, Zitronensaft, Mehl (oder Kartoffelstärke)

Für die Flädle (Pfannkuchenstreifen)

200 g Mehl
2 Eier
Wasser, Salz, Pflanzenöl

Aus Mehl, Eiern, Salz und Wasser einen Pfannkuchenteig herstellen und drei sehr dünne Pfannkuchen in Pflanzenöl ausbacken. Die Pfannkuchen auskühlen lassen, aufrollen und in 5 mm breite Streifen schneiden.

Den Blumenkohl grob in die einzelnen Rosen zerteilen. In einen flachen Topf geben und mit Geflügelfond gerade eben bedecken. Safranfäden und – bei ungesalzenem Fond - Salz und Pfeffer dazugeben. 30 - 40 Minuten köcheln lassen.

Nach ungefähr 15 Minuten einige noch bissfeste Rosen herausnehmen. Davon eine Hand voll kleine Röschen (1,5 cm lang) für die Dekoration abschneiden. Die Strünke wieder in den Fond zurückgeben und weiter garen. Wenn der Blumenkohl weich ist, 150 ml Sahne dazugeben, alles mit einem Pürierstab mixen und durch ein feines Sieb streichen. Nun die pürierte Suppe mit etwas Mehlbutter binden, mit frisch geriebenem Muskat, Salz und einigen Tropfen Zitronensaft abschmecken und noch einmal für 5 Minuten aufkochen.

Die restliche Sahne steif schlagen. Die kleinen Blumenkohlröschen in 1 EL "brauner Butter" nussig anbraten.

Anrichten: Einen großen Löffel steif geschlagene Schlagsahne auf den angewärmten Teller geben, mit der heißen Suppe auffüllen, die Pfannkuchenstreifen hinein geben und mit den Blumenkohlröschen dekorieren.

Mein Rat:

Der Safran bringt eine unglaubliche Geschmacksverbesserung. Aber bitte nicht auf die billigen Imitate aus dem Basar in der Türkei oder Ägypten hereinfallen. Echter Safran riecht fast wie Medizin. Der Trick mit der steifen Schlagsahne in den Tellern macht jede Suppe schön schaumig.

Mehlbutter: Mehl und Butter 1:1 mit einer Gabel verkneten. Anstelle von Geflügelfond können Sie auch einen Brühwürfel verwenden, aber bitte die Gemüse- und Kräuterstückchen aussieben.