



Superfix: Cremige Ziegenkäse-Blumenkohlsuppe

mit getrüffelten Gnocchi und Rauchmandeln



unter 20min



2 Personen

So eine herrlich cremige Suppe ist doch was Feines - wenn nur das ewige damit verbundene Geschnippel nicht wäre! Marley Spoon macht's möglich: Der Blumenkohl ist nämlich bereits vorgehackt. Da spart man glatt doppelt Zeit, beim Schnippeln und beim Kochen! Abgerundet wird mit leckerem Ziegenfrischkäse. Knusprige Gnocchi mit frischer Petersilie, aromatisches Trüffelöl und Rucola mit Rauchmandeln setzen dem Werk die Krone auf.

Was du von uns bekommst

- 1 Knoblauchzehe
- 400g Blumenkohlreis
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 10g Petersilie
- 500g Gnocchi ¹
- 125g Ziegenfrischkäse ⁷
- 50g Rucola
- 50g Rauchmandeln ¹⁵
- 1 Päckchen Trüffelöl

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Senf ¹⁰
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ¹⁷

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Beim Braten der Gnocchi am besten einen Deckel benutzen; durch den so entstehenden Dampf werden die kleinen Kartoffelkissen noch fluffiger.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Senf (10), Nüsse (15), Sulphite (17). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1071kcal, Fett 62.1g, Kohlenhydrate 98.8g, Eiweiß 32.8g



1. Suppe ansetzen

Den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Mit dem **Blumenkohlreis**, 1EL Olivenöl, der **½ des Brühgewürzes**, 1 kräftigen Prise Salz und 1 Prise Pfeffer in einen mittelgroßen Topf geben. 450ml Wasser angießen und alles abgedeckt bei mittlerer Hitze aufkochen, dann 8-10Min. bei mittlerer bis niedriger Hitze sanft köcheln lassen, bis der **Blumenkohlreis** gar ist.



4. Suppe pürieren

Sobald der **Blumenkohl** gar ist, den Topf vom Herd nehmen und den **Ziegenfrischkäse** einrühren. Mit einem Stabmixer cremig pürieren. Probieren und ggf. mit dem **restlichen Brühgewürz** und sowie Pfeffer nachwürzen.



2. Petersilie hacken

Während die **Suppe** köchelt, die **Petersilie** grob hacken.



5. Salat zubereiten

1EL Olivenöl, 1TL Balsamicoessig und 1TL Senf zu einem **Dressing** verrühren und mit dem **Rucola** und den **Rauchmandeln** vermengen.



3. Gnocchi braten

Die **Gnocchi** in einer mittelgroßen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 7Min. braten, bis sie von allen Seiten knusprig und appetitlich gebräunt sind. Mit Salz und Pfeffer würzen und die **Petersilie** einrühren.



6. Anrichten und servieren

Die **Ziegenkäse-Blumenkohlsuppe** auf tiefe Teller oder Schüsseln verteilen. Jede Portion mit etwas **Trüffelöl** garnieren, die **Gnocchi** darauf anrichten und mit dem **Rucolasalat** garniert servieren.