



## Zucchini-Kokos-Suppe mit gebratenen Gnocchi

dazu ein Radieschen-Minz-Topping



20-30min



4 Portionen

Kokosmilch schmeckt nur im Thai-Curry mit Gemüse und Tofu? Ganz im Gegenteil: Die nussig-cremige Zutat ist so vielseitig, dass man sie in allerhand verschiedenen Rezepten einsetzen kann. Heute zum Beispiel kochen wir ein feines Süppchen aus Kokosmilch und frisch-grüner Zucchini. Dazu gibt's knusprig gebratene Gnocchi und ein leckeres Radieschen-Topping. Wenn das nicht mal für Abwechslung auf dem Teller sorgt!

## Was du von uns bekommst

- 2 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 3 Zucchini
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Bund Radieschen
- 20g Minze
- 1kg Gnocchi<sup>1</sup>
- 400ml Kokosmilch

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- großer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Wasserkocher
- Messbecher
- Stabmixer

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

## Allergene

Gluten (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 670kcal, Fett 33.5g, Kohlenhydrate 77.5g, Eiweiß 14.8g



### 1. Zutaten vorbereiten

400ml Wasser im Wasserkocher aufkochen und das **Brühgewürz** im heißen Wasser auflösen. Dabei die nach Wasserkocher variierende Mindestmenge beachten und ggf. mehr Wasser aufkochen. Die **Zucchini** je längs halbieren und quer in ca. 2cm breite Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** jeweils schälen und grob würfeln.



### 2. Gemüse garen

Die **Zucchini**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem großen Topf mit 2EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze abgedeckt unter gelegentlichem Rühren ca. 10Min. garen, bis die **Zucchini** weich ist. Ggf. die Hitze reduzieren, um ein Anbrennen am Topfboden zu vermeiden.



### 3. Radieschen einlegen

Die **Radieschen** vierteln. Die **Minzblätter** von den Stängeln zupfen und in feine Streifen schneiden. Die **Radieschen** mit der **Minze**, 2EL Essig und je 1 kräftigen Prise Salz, Pfeffer und Zucker vermengen. Bis zum Servieren ziehen lassen.



### 4. Gnocchi braten

**¾ der Gnocchi** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in 6-8Min. goldbraun und knusprig braten. **Tipp:** Wer großen Hunger hat, verwendet mehr **Gnocchi**. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und bis zum Servieren warm halten.



### 5. Fertigstellen & servieren

Die **Kokosmilch** und die **Gemüsebrühe** zu den **Zucchini** geben, einrühren und aufkochen. Die Hitze reduzieren und die **Suppe** ca. 5Min. köcheln lassen. Vom Herd nehmen und mit einem Stabmixer fein pürieren, ggf. etwas Wasser zugeben, falls die **Suppe** zu dickflüssig ist. Die **Suppe** mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit den **Radieschen** anrichten und die **Gnocchi** dazu servieren.



### 6. Frisch gelaunt

Auch wenn unser leckeres Radieschen-Topping kein Zahnpastalächeln macht, beglückt die darin enthaltene Minze uns dennoch mit etwas zart-herber Frische. Wem das in Sachen Frische noch nicht reicht, der ersetzt den Essig beim Einlegen der Radieschen ganz einfach durch Limettensaft. Zähneputzen trotzdem nicht vergessen!