



Cremige Ziegenkäse-Blumenkohlsuppe

mit getrüffelten Gnocchi und Rauchmandeln



ca. 20min



2 Portionen

Mehr Zutaten, mehr Genuss: Mit diesem XXL-Rezept erhältst du Zutaten für zwei Portionen statt einer. Ideal, wenn du Besuch hast, gemeinsam kochen möchtest oder dir eine Portion für später aufheben willst. Ein kleiner Aufpreis, der sich doppelt lohnt – flexibel, praktisch und richtig lecker.

Was du von uns bekommst

- 1 Knoblauchzehe
- 400g Blumenkohlreis
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 10g Petersilie
- 500g Gnocchi ¹
- 125g Ziegenfrischkäse ²
- 50g Rucola
- 50g Rauchmandeln ⁵
- 1 Pck. Trüffelpulver

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Senf ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ⁴

Küchenutensilien

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

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

Allergene

Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2), **Senf** (3), **Schwefeldioxid und Sulphite** (4), **Schalenfrüchte** (5).

Kann Spuren enthalten von: Erdnüsse, Sesamsamen

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1014kcal, Fett 55.4g, Kohlenhydrate 99.3g, 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-Blumenkohluppe** auf tiefe Teller oder Schüsseln verteilen. Jede Portion mit etwas **Trüffelpulver** garnieren, die **Gnocchi** darauf anrichten und mit dem **Rucolasalat** garniert servieren.