

## Kalte Kohlrabisuppe

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.  
Kühl stellen: mind. 1 Std.

### 2 Kohlrabi

Deckel samt Herzblättchen abschneiden, beiseite legen. Kohlrabi mit dem Kugelausstecher bis auf einen ca. 5 mm dicken Rand aushöhlen. Fruchtfleisch fein reiben, ins Mixglas geben

3 Esslöffel **gesalzene Erdnüsse**, geröstet,  
½ Esslöffel beiseite gestellt,  
Rest gehackt

1 ½ dl **fettfreie Gemüsebouillon**,  
1 dl beiseite gestellt

½ Teelöffel **Sherrywein-Essig**

180 g **Nordische Sauermilch**

nach Bedarf **Salz und**

**Pfeffer aus der Mühle**

alles begeben, fein pürieren

mit der beiseite gestellten Bouillon begeben

würzen, kurz weiterpürieren, zugedeckt  
mind. 1 Std. kühl stellen

einige **Borretschblüten**

zum Garnieren

einige **Eiswürfel**

kurz vor dem Servieren in einem Plastikbeutel mit Hilfe des Wallholzes fein zerstoßen

**Servieren:** zerstoßenes Eis in tiefe Teller geben, ausgehöhlte Kohlrabi darauf setzen, Suppe aufrühren, in die Kohlrabi giessen. Mit den beiseite gestellten Erdnüssen, den Borretschblüten und den beiseite gestellten Deckeln garnieren.

### Tipp

Statt Borretschblüten Gänseblümchen verwenden.

**Pro Person:** 18 g Fett, 10 g Eiweiss, 11 g Kohlenhydrate, 1045 kJ (250 kcal)

