

Blumenkohl - Kartoffel Suppe

Rezept für 2 Personen



Zutaten

1 kleiner Blumenkohl
2 Kartoffel
1 kleine Zwiebel
100 gr Spinat
1 EL Gemüsebrühe
0,5 Liter Wasser
125 ml Sojasahne
1 EL Curry
1 Prise Steinsalz
1 TL Sojasoße

Zubereitung:

Blumenkohl und Kartoffel waschen, klein schneiden und in 0,5 Liter Gemüsebrühe 20 Minuten garen. Spinat und Zwiebel mit etwas Öl in einer Pfanne anbraten und zugeben. Sojasahne und Curry zugeben und mit Steinsalz und Sojasoße abschmecken.