



Blumenkohl-Eintopf mit Linsen



Zutaten für 2 Personen:

Suppe	Den Blumenkohl und Kürbis waschen und grob zerkleinern. Die Zwiebel und den geschälten Ingwer hacken und in Öl in einem Topf mit Salz und den Gewürzen anbraten.
41 kleiner Blumenkohl (ca. 400 g)	
20 g frischer Ingwer	
1 Zwiebel	Die Linsen und das Gemüse in den Topf geben und anschmoren. Mit der Brühe das Gemüse ablöschen und mit geschlossenem Deckel etwa 10 – 15 Minuten garen.
Olivenöl	
etwa 1 L Gemüsebrühe	
70 – 100 g Tiroler Bergkäse	Anschließend mit Sahne verfeinern und die Hälfte des Eintopfes mit einem Stabmixer pürieren. Den Käse reiben (Menge nach Belieben) und in den Eintopf geben.
100 g rote Linsen	
75 ml Sojasahne oder Schlagsahne	
1 Prise Zucker	
1/2 Hokkaido-Kürbis (200 g)	Das Gericht auf Teller geben, mit den Nüssen, Chilipulver, ggf. geriebenem Käse und frischer Petersilie garnieren.
frische Petersilie	
2 TL Curry	
etwas Chili	
geröstete & gesalzene Erdnüsse	
Salz	