



Rotkohlsuppe

mit Fenchel



Zutaten für 2 Personen:

Zutaten

1 Rotkohl (ca. 1.300 g)	Die äußeren Blätter des Rotkohls entfernen. Den Kohl vierteln und den Strunk ausschneiden. Die Viertel in dünne Streifen schneiden und diese gut waschen.
1 Zwiebel	
3 – 4 EL Pflanzenöl	
1,5 l Gemüsebrühe	
4 EL Essig	Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Fenchel waschen, Grün entfernen und beiseitelegen. Dann den Fenchel würfeln und in Öl anbraten. Die Kohlstreifen dazugeben und 8 – 10 Min bei mittlerer Hitze andünsten. Mit Gemüsebrühe und Essig ablöschen. Die Suppe 25 – 30 Min köcheln lassen, bis der Rotkohl weich ist. Dann vom Herd nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und Orangensaft hinzugeben.
Salz	
Pfeffer	
200 ml Orangensaft	
2 Fenchelknollen	

Außerdem

Sprossen	Nun die Suppe mit einem Pürierstab mixen und mit saurer Sahne verfeinern. Danach erneut aufkochen und abschmecken. Vor dem Servieren mit Sprossen und Kernen dekorieren.
Kerne	
2 – 3 EL saure Sahne	