

Zeit	30 Min.	Energie	gering	Preis	gering	Personen	4
-------------	---------	----------------	--------	--------------	--------	-----------------	---

**Blumenkohlcremesuppe
mit kleinen Garnelen Bällchen**

1 ganzer Blumenkohl
30 gr. Mehl
60 gr. Butter
500 ml Milch
200 ml Sahne
1 Ei
1 halbe Zitrone
200 gr. Garnelen
10 gr. frischen Kerbel
Salz, Zucker, Muskat, Pfeffer,
Cayenne-Pfeffer



Vorbereitung:

1. Den Blumenkohl putzen in grobe Röschen brechen. 1 Topf mit heißem Wasser aufstellen. Die halbe Zitrone in das Kochwasser ausdrücken. Salz und Zucker zugeben und den Blumenkohle darin bissfest kochen. Danach mit der Schaumkelle vorsichtig herausnehmen und in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Den Blumenkohlfond beiseite stellen.
2. In einem zweiten Topf die Butter schmelzen, das Mehl glattiterrühren und leicht anrösten. Dann mit kalter Milch, am besten aus dem Kühlschrank, ablöschen und zügig, klumpenfrei verrühren. Mit dem Blumenkohlfond auffüllen bis die richtige Konsistenz erreicht ist.
3. Garnelen schälen und den Darm entfernen. In kleine Stücke schneiden, mit Salz, Pfeffer und Cayenne-Pfeffer bestreuen und ins Gefrierfach stellen.
4. Das Ei trennen und das Eiweiß mit den angefrorenen Garnelen in der Moulinette zu einer Farce küttern. Dabei den Kerbel zu geben.

Zubereitung:

1. Vom erkalteten Blumenkohl schöne kleine Röschen für die Einlage herauslösen und beiseite stellen. Den restlichen Blumenkohl in die Suppe geben und aufkochen lassen. Mit einem Mixstab fein pürieren und abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskat.
2. Etwa dreiviertel der Sahne mit dem Eigelb verquirlen und die Suppe damit legieren.
3. Von der Garnelenmasse mit nassen Händen kleine Klößchen abdrehen und in einer Pfanne in heißen Öl 2-3 Minuten ausbacken.
4. Den Rest der Sahne halbfest schlagen. Einen Klacks in die Suppe geben und mit einem Kerbel, oder Basilikumblatt dekorieren. Zwei Garnelen-Bällchen auf einen Holzspieß stecken, über den Teller legen und die Suppe servieren.