

## Zutaten

- 800 g Rotkohl
- 2 Äpfel, klein
- 2 Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer, geschält
- 2 Chilischoten, getrocknet
- 1 EL Rapsöl
- 1 Zitrone
- 200 ml Kokosmilch
- 1000 ml Gemüsebrühe
- 4 EL Crème fraîche
- 2 EL Kürbiskern
- n. B. Salz und Pfeffer



# Rotkohlsuppe mit Crème Fraîche und gerösteten Kürbiskernen

## Zubereitung:

Die Zwiebel und den Knoblauch klein schneiden, den Ingwer fein raspeln. Die Chilischoten, den Rotkohl fein schneiden. Äpfel schälen und Kartoffeln schälen und in Spalten schneiden. Die Gemüsebrühe vorbereiten.

Zuerst Zwiebeln, Knoblauch, Chili und Ingwer in etwas Rapsöl anschwitzen, dann den Rotkohl, die Äpfel und die Kartoffeln 3–4 Min. mit andünsten und mit Kokosmilch und Gemüsebrühe auffüllen, bis der Rotkohl bedeckt ist. Die Suppe 15 Min. köcheln lassen, dann mit Muskat würzen und anschließend pürieren. Je nach Konsistenz mit Wasser auffüllen, dann mit Salz und Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Gegebenenfalls nochmals aufwärmen.

Etwas Suppe in die Schüsseln füllen, Crème fraîche hinzufügen.  
Mit Kürbiskernen dekorieren.