



## Blumenkohlsuppe mit Mozzarella-Wasabi-Bällchen

### Zutaten für vier Personen:

1 mittelgroßer Kopf Blumenkohl  
80 g Zwiebelwürfel  
1 EL Öl  
2 ½ EL Maismehl  
700 ml Kochwasser vom Blumenkohl  
100 ml Sahne  
1 ½ EL getrocknete Tomaten  
½ TL Kurkuma  
1 Frühlingszwiebel  
16 Mini-Mozzarellakugeln  
1 ½ EL Wasabi-Paste  
1 EL Schmand  
3 EL Maismehl  
2 Eier  
60 g glutenfreie Semmelbrösel  
2 EL gemahlene Mandeln  
500 ml Öl zum Frittieren  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung: circa 30 Minuten

Blumenkohlröschen vom Strunk abschneiden und in sprudelndem, leicht gesalzenen Wasser auf den Biss kochen. Ein Viertel der Röschen als Suppeneinlage zur Seite stellen.

Wasabipaste mit Schmand verrühren, Mozzarellabällchen damit gut einpinseln. Mit Maismehl bestäuben, durchs aufgeschlagene Ei ziehen und in einem Gemisch von glutenfreien Semmelbröseln mit gemahlenden Mandeln wenden/ panieren. In heißem Öl (circa 170° C) goldgelb ausbacken, warm stellen.

Röschen für die Einlage in heißem Öl kurz anrösten, mit Salz und Pfeffer würzen, Kurkuma zufügen, mit anschwenken.

Zwiebeln in heißem Öl im Topf glasig angehen lassen, mit Maismehl bestäuben, glattrühren, mit Sahne angießen, mit Kohlwasser vom Blumenkohl auffüllen. Blumenkohlröschen zugeben, Röllchen von Frühlingszwiebeln zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen. In tiefem Teller anrichten und Wasabibällchen, Streifen von getrockneten Tomaten und angeröstete Blumenkohlröschen obenauf verteilen.

### Nährwerte pro Portion:

646 kcal - 54 g Fett - 16 g Eiweiß - 30 g Kohlenhydrate - 2,5 BE

**Dieses Gericht ist ovo-lacto-vegetarisch & glutenfrei.**