

4 Personen | 50 Minuten

Miso-Pilzsuppe mit Grünkohl- Fritatten & Weihnachtsbäumen

von **SOPHIA HOFFMANN**



ZUTATEN

- 40 g getrocknete Pilzmischung
- 10 g (4 Stück) getrocknete Tomaten (nicht die in Öl eingelegten!)
- 100 g Grünkohl (oder frischer Spinat), gewaschen
- 2 EL Rapsöl
- 150 ml Pflanzenmilch (Soja/Hafer/Mandel)
- 250 g Weizenmehl (für die glutenfreie Variante Buchweizenmehl)
- 2 TL Salz
- 3 EL Sojamehl
- 1 Romanesco
- Bratöl für die Pfannkuchen
- 6 EL Misopaste



ZUBEREITUNG

Die getrockneten Pilze und Tomaten in einer Schüssel mit heißem Wasser übergießen und 20 Minuten einweichen lassen.

Den Grünkohl zusammen mit 300 ml Wasser in einem Blender/einer Küchenmaschine pürieren und mit dem Rapsöl und der pflanzlichen Milch in einer Schüssel vermengen. In einer zweiten Schüssel das Mehl mit dem Salz und dem Sojamehl mischen. Nun mithilfe des Handrührers nach und nach die Mehlmischung in die Flüssigkeit rühren, bis ein Pfannkuchenteig entsteht. Kurz ruhen lassen.

Das Einweichwasser von den Pilzen und Tomaten abgießen. Du kannst es für die Suppe verwenden, dann solltest du es aber durch einen Kaffeefilter abgießen, da es Sand und Dreck enthalten kann. Es geht aber auch ohne.

Zu große Pilz- und Tomatenstücke mundgerecht zerkleinern. 1 l Wasser in einem Topf aufsetzen und die Pilze und Tomaten darin weitere 15 Minuten köcheln lassen.

Den Romanesco in kleine Weihnachtsbäume zerteilen und in den letzten 5 Minuten der Kochzeit mit ins Wasser geben.

In der Zwischenzeit aus dem grünen Teig Pfannkuchen braten. Pro Pfannkuchen einen ordentlichen Schuss Bratöl in die Pfanne geben und nach und nach die Pfannkuchen ausbacken. Etwas abkühlen lassen, einrollen und in dünne Streifen schneiden. In diesem magischen Moment werden aus den Pfannkuchen die Fritatten.

Die Suppe leicht abkühlen lassen. Sie sollte noch heiß sein, aber nicht mehr kochen, wenn du die Misopaste dazugibst, da diese sonst ihren feinen Geschmack verliert.

Umrühren, bis sich die Paste komplett aufgelöst hat. Bei Bedarf nachsalzen. Die Fritattenstreifen auf die Teller verteilen und mit Suppe und Romanesco-Weihnachtsbäumen auffüllen.