

# Asiatische Kohlsuppe

aus: Bio-Markt Angebote

## Zutaten:

500 g Weißkohl  
300 g Blumenkohl  
200 g Möhren  
1 Stangensellerie  
300 g Strauchtomaten  
2 rote Paprikaschoten  
150 g gelbe Zwiebeln  
150 Lauch  
2 EL Olivenöl  
1 EL Currypulver  
1 EL gehackter Kümmel  
2 Knoblauchzehen  
0,2 l pürierte Tomaten  
1,5l Wasser  
2 Würfel Gemüsebrühe  
1 EL Koriandersamen  
2 Lorbeerblätter  
2 getrocknete, gehackte Chilischoten  
2 cm frischer Ingwer  
1-2 Stangen Zitronengras  
1 Spritzer Sojasauce  
frische Korianderblätter und Petersilie

## Zubereitung:

Das Gemüse waschen, putzen und klein schneiden. Zwiebeln und Lauch in einem großen Topf mit Olivenöl anschwitzen. Mit Curry würzen und den gehackten Kümmel und Knoblauch dazugeben. Kurz köcheln lassen.

Restliches Gemüse und pürierte Tomaten zugeben und mit Wasser aufgießen. Brühwürfel, Koriandersamen, Lorbeerblätter, Chilis, Ingwer und Zitronengras dazugeben und aufkochen.

10 Minuten kochen lassen, Temperatur reduzieren und so lange köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Mit Sojasauce abschmecken und die frischen, gehackten Kräuter dazugeben.

Bemerkung: beim 1. Versuch

kl Weißkohl, kl Blumenkohl, 1 Dose geschälte Tomaten,  
2 rote Paprika fehlten, 1-2 Stangen Zitronengras fehlten  
0,2 l pürierte Tomaten weggelassen – evt. etwas Tomatenmark (??).