

Rotkohl-Rahmsuppe

Rotkohl oder Blaukraut hat seine Farbe von dem Flavonoid Anthocyan, das auch in Rotwein oder blauen Früchten (Heidelbeeren, Brombeeren) vorkommt. Die Farbe des Krautes ist abhängig von der Bodenbeschaffenheit. Auf sauren Ackerböden hat das Kraut eine rötliche Farbe, auf alkalischen Böden eine bläuliche. Auch beim Kochen kann man zum Beispiel durch die Zugabe von Essig die Farbgebung steuern.

Zutaten für 4 Personen:

- ▶ 600 g Rotkraut
- ▶ 1 kleine Zwiebel
- ▶ 2 EL Olivenöl
- ▶ 1 Scheibe Ingwer
- ▶ 1 l Gemüsebrühe
- ▶ 100 ml Rotwein
- ▶ Salz, Pfeffer
- ▶ 100 ml Sahne



Zubereitung:

- ▶ Vom Rotkraut die äußeren Blätter entfernen. Das Kraut in feine Streifen schneiden.
- ▶ Die Zwiebel fein hacken.
- ▶ Öl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel andünsten, das Rotkraut dazu geben und kurz mitdünsten.
- ▶ Den Ingwer klein hacken und dazugeben.
- ▶ Die Gemüsebrühe und den Rotwein dazu gießen und 15 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen.
- ▶ Die Suppe mit einem Pürierstab pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- ▶ Die Sahne dazu gießen, noch einmal kurz aufkochen lassen.