

Paahdettu kukkakaalikeitto

kokonaisaika **60 min** 20 min esivalmistelut 40 min valmistus

AINEKSET

4 annosta

1,5	kukkakaalia
2	sipulia
100 g	juuriselleriä
3 rkl	rypsiöljyä
500 ml	kasvislientä
100 ml	omenamehua
200 ml	kookosmaitoa
3 rkl	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
1 hyppyselli	sokeria
nen	
1	laakerinlehti
2 hyppyselli	suolaa
nen	
0,33 nippu	korianteria
50 g	kokonaisia manteleita, kuorineen
40 g	kookoslastuja

VALMISTUS

Vaihe 1

Poista kukkakaalista uloimmat lehdet ja leikkaa varsi pois. Jaa kukkakaali "kukinnoiksi" ja leikkaa varsi pieniksi paloiksi. Paahda kevyesti $\frac{2}{3}$ kukinnoista ja varsipalat kattilassa, jossa on 2 rkl rypsiöljyä.

Vaihe 2

Kuori ja hienonna sipulit. Pese, kuori ja hienonna selleri. Lisää molemmat kukkakaalin joukkoon ja ruskista hetken aikaa. Kun kasvikset ovat kullanuskeita, lisää kasvisliemi, omenamehu ja kookosmaito. Mausta soijakastikkeella, sokerilla, laakerinlehdellä ja suolalla. Peitä ja hauduta vielä 20 minuuttia.

Vaihe 3

Paahda sillä välin mantelit pannulla ja hienonna ne. Viipaloi loput kukkakaalin kukinnot ja paista pannulla 1 rkl rypsiöljyssä.

Vaihe 4

Pese, kuivaa ja nypi korianteri. Poista laakerinlehti keitosta ja soseuta tasaiseksi sauvasekoittimella.

Vaihe 5

Jaa paahdettu kukkakaalikeitto syviin lautasiin. Koristele keitto kukkakaaliviipaleiden, paahdettujen manteleiden, kookoslastujen ja korianterin kanssa.