



Σούπα ψητό κουνουπίδι

Μερίδες: 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 15 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 1 ώρα

Υλικά:

1 μεγάλο ξερό κρεμμύδι, κομμένο σε τέταρτα
2 σκελίδες σκόρδο
3-4 πράσα, κομμένα σε μεσαία κομμάτια
500 γρ. κουνουπίδι, κομμένο σε μεσαία κομμάτια
2 κλωνάρια φρέσκο θυμάρι ή 1 κ.γλ. θυμάρι ξερό
1 κ.σ. ρύζι
½ κ.γλ. κύμινο
1 κ.γλ. καπνιστή πάπρικα
1500 ml ζωμό λαχανικών ή νερό, καυτό
200 ml φυτική κρέμα
2 κ.σ. διατροφική μαγιά
ελαιόλαδο
αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για το σερβίρισμα:

50 γρ. φιστίκι Αιγίνης ανάλατο, κοπανισμένο
½ δόση Chili oil (προαιρετικά)

Εκτέλεση

- 1) Αραδιάζουμε τα κρεμμύδια, τα σκόρδα, τα πράσα και το κουνουπίδι σε ένα ταψί με λαδόκολλα και τα ραντίζουμε με 4-5 κ.σ. ελαιόλαδο. Αλατοπιπερώνουμε, προσθέτουμε το θυμάρι και ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο στους 180°C στις αντιστάσεις για 45 λεπτά.
- 2) Βγάζουμε τα λαχανικά από τον φούρνο, πετάμε το θυμάρι, κρατάμε στην άκρη 2 κ.σ. λαχανικά για το σερβίρισμα και μεταφέρουμε τα υπόλοιπα σε βαθιά κατσαρόλα μαζί με το λάδι τους. Βάζουμε την κατσαρόλα σε μέτρια φωτιά και μόλις τα λαχανικά ξεκινήσουν να σοτάρονται, προσθέτουμε το κύμινο, την πάπρικα και το ρύζι και σοτάρουμε για 1 λεπτό. Προσθέτουμε στην κατσαρόλα τον ζωμό λαχανικών ή το νερό, αλατοπιπερώνουμε κατά προτίμηση και μόλις



πάρει βράση, χαμηλώνουμε τη φωτιά, μισοκλείουμε το καπάκι και βράζουμε για 15 λεπτά.

- 3) Αποσύρουμε τη σούπα από τη φωτιά, προσθέτουμε τη φυτική κρέμα και τη διατροφική μαγιά. Πολτοποιούμε καλά με το ραβδομπλέντερ και σερβίρουμε με τα λαχανικά που κρατήσαμε στην άκρη, τα φιστίκια Αιγίνης και προαιρετικά λίγες κουταλιές chili oil.