

Medvehagymás karfiol krémleves pirított fenyőmaggal 2-4 főre)

30-45 dkg karfiol (rózsákra szedve, lemosva)

2 csokor medvehagyma (leszárzva, beáztatva-lemosva)

1 evőkanál Mikawa mirin

1 evőkanál tamari szósz

só

3-5 dl tiszta víz

5-10 dkg pirított fenyőmag (lábas alján, közepes lángon, állandó keverés mellett átforrósítjuk a szemeket; vigyázva, nehogy odakapjon)

A kis rózsákra szedett karfiolra és az egészben hagyott medvehagyma levelekre annyi vizet engedünk, hogy épp ellepje a lábosban rakott zöldségeket. Feltesszük főni (kb. 5-10 perc).

A megpuhult zöldségen – ha szükséges a fölösleges levét leöntjük róla vagy merőkanállal ügyesen lemerjük –, egy kevés levét rajta hagyunk, és botmixerrel pürésítjük. A levéből csak annyit adunk vissza, hogy krémes állagú legyen. Majd a krémlevest, ha szükséges még sózzuk, hozzáadjuk a mirint és a tamarit, összeforrósítjuk. Tetejét megszórjuk a pirított fenyőmaggal, és tálaljuk.