

Karotten-Kokos-Suppe

Zutaten für 4 Personen:

500 g Karotten
2 Kartoffeln
1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer
1 EL Rapsöl
1 TL Currypulver
700 ml Gemüsebrühe
1 Dose Kokosmilch (400g)
Salz und Pfeffer
Frische Kresse

Zubereitung:

Gemüse schälen und in Würfel schneiden.

Knoblauch fein hacken und den Ingwer reiben.

Öl in einem großen Topf erhitzen und die Karotten, Kartoffeln und Zwiebeln kurz anschwitzen.

Das Currypulver, Pfeffer und Salz hinzugeben, ebenfalls den Knoblauch und den Ingwer und kurz mitdünsten.

Dann mit Brühe ablöschen und ca. 15 Min. köcheln lassen.

Anschließend die Kokosmilch hinzugeben und weitere 20 Min. köcheln lassen.

Die Suppe mit einem Pürierstab pürieren und mit den Gewürzen abschmecken.

Zum Servieren mit frischer Kresse garnieren.