

Ingwer-Möhrencreme-Suppe

Zutaten (für 10 Personen):

- 750 g Möhren
- 1 mittelgroße Sellerieknolle
- 3 Kartoffeln
- 1 großes Stück Ingwer
- 2 Zwiebeln
- 4 EL Bratöl
- 1,5 l Gemüsebrühe
- 500 ml Kokosmilch
- ¼ l Orangensaft
- Salz und Pfeffer
- etwas Kurkuma
- etwas Kreuzkümmel
- 1 Bund Petersilie

Möhren, Sellerie und Kartoffeln schälen, waschen, dann in Stücke schneiden. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden. Alles beiseitestellen. Zwiebeln schälen, würfeln und in Öl andünsten. Danach die Kartoffeln, Wurzeln, Sellerie und Ingwer dazugeben. Das Ganze 10 Minuten dünsten. Anschließend Gemüsebrühe dazugeben und weitere 10 Minuten köcheln lassen.

Mit Salz, Pfeffer würzen. Danach zu einer Creme pürieren. Orangensaft und die Kokosmilch dazugeben und gut verrühren. Die Suppe mit Kurkuma und Kreuzkümmel abschmecken. Petersilie hacken und vor dem Servieren über die Suppe streuen.

Sendung/Quelle: Klosterküche - Kochen mit Leib und Seele

Letzter Sendetermin: 09.12.2018

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen