

Gemüsesuppe mit Kokos

Zutaten (für 4 Personen):

- 1 Zwiebel
- 2 Möhren
- 1/4 Sellerieknolle
- 1/2 Blumenkohl
- 1 Stange Lauch
- 1 Bund Petersilie
- 12 Neue Kartoffeln
- 1 Zucchini
- 1 rote Paprika
- 4 Kokosnuss

Das Suppengemüse - Zwiebel, Möhren, Sellerie, 1/4 Blumenkohl, Lauch und Petersilie - kleinschneiden und in einem großen Topf mit Butterschmalz anbraten. Wasser hinzugießen, bis das Gemüse gut bedeckt ist. Petersilie dazugeben und das Gemüse köcheln lassen.

Derweil das Gemüse für die Gemüsepfanne – Zucchini, rote Paprika, 1/4 Blumenkohl - kleinschneiden. Die Kartoffeln vierteln, in eine Pfanne geben und mit 1 EL Butterschmalz langsam anrösten. Das kleingeschnittene Gemüse hinzugeben.

Die Kokosnüsse köpfen und mit dem Kokoswasser die Gemüsepfanne ablöschen. Das Fruchtfleisch aus den Nüssen kratzen, kleinschneiden und in die Gemüsepfanne geben. Die Zutaten in der Pfanne weiter anrösten bis die Kartoffeln gar sind. Die Suppe in den Kokosnüssen und die Gemüsepfanne daneben anrichten.

Guten Appetit!

Sendung/Quelle: Hamburg Journal

Letzter Sendetermin: 21.03.2019

Koch/Köchin: Dave Hänsel

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