



REZEPT März 2018

Möhren-Kokos-Suppe mit Ingwer

ZUTATEN

2 Stangen Lauch
5 Champignons
500g Karotten
1 Stück Ingwer 5 - 6 cm
100 ml Weißwein
300ml Gemüsebrühe
1 Dose Kokosmilch
50g Butter
Salz/ Pfeffer/ Cayenne
1 Schluck Batida de Coco falls zur Hand

ZUBEREITUNG

Das Gemüse gründlich waschen und in ca. 1cm große Stücke schneiden. Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden.
Nebenbei einen großen Topf auf kleiner Hitze vorheizen.
Die Butter, Ingwer und das Gemüse hinein geben. Kräftig würzen und ca. 10 min auf kleiner Flamme anschwitzen.
Mit Batida und Weißwein ablöschen, kurz einkochen. Die Gemüsebrühe auffüllen und die Karotten weich garen.
Anschließend mit der Kokosmilch auffüllen und einmal kurz aufkochen. Mit Pfeffer, Cayenne und Salz abschmecken. Die Suppe mit dem Stabmixer pürieren und durch ein feines Sieb passieren.