Karotten-Ingwer-Kokos-Suppe | Thai Curry

Dauer:	35 min
Schwierigkeit:	Leicht
Zusatzinfos:	Vegetarisch

Rezept für 4-6 Portionen:

Equipment:	
1	kleiner Topf
1	Mixer oder Pürierstab
Gewürze & Zutaten:	
1	Mittlere Zwiebel, gewürzt
50 G	Butter
50 G	Ingwer, geschält, fein geschnitten
300 G	Karotten, geschält und geraspelt
1	Kleine Kartoffel, geraspelt
1 TL	Salz
1 EL	Thai Curry gehäuft
1 EL	Gemüsebrühe gehäuft
500 ML	Kokosmilch
ca. 300 ML	Wasser
	Frischer Koriander
	Schwarzer Sesam

Zubereitung

1. Zwiebelwürfel in der Butter andünsten.
2. Nach 5 Minuten feingeschnittenen Ingwer, geraspelte Karotten und Kartoffeln zugeben, salzen und wieder etwa 5 Minuten dünsten.
3. Nun das Thai Curry sowie Gemüsebrühpulver zugeben, unterrühren und sofort mit Kokosmilch und der Hälfte des Wassers aufgießen. Einmal aufkochen, Hitze reduzieren und für ca. 20-25 Minuten leise köcheln lassen, gelegentlich umrühren.
4. Zum Schluss alles im Mixer oder mit dem Pürierstab pürieren.
5. Ist die Suppe zu dick, eventuell noch etwas Wasser zugeben und bei Bedarf salzen.
6. Mit frisch geschnittenem Koriandergrün und schwarzem Sesam servieren und genießen!

Copyright © 2025 Gewürzmühle Rosenheim