

Karottensuppe

Zutaten

- 300 ml Kokosmilch
- 60 ml Orangensaft, frisch gepresst
- 8 Möhren
- 2 Schalotten
- 1 EL Kokosöl
- 1 EL Rohrzucker
- 1 TL Ingwer
- 1 Limette
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Die Möhren waschen und ggf. schälen. Den Ingwer schälen und alles klein schneiden. Die Schalotten ebenfalls schälen und fein würfeln.

Das Kokosöl in einem Topf zerlassen. Die Schalotten darin glasig andünsten. Möhren und Ingwer dazugeben und kurz mitdünsten. Etwas Rohrzucker hinzugeben und alles leicht karamellisieren. Die Kokosmilch aufgiessen und alles zusammen kurz aufkochen lassen. Im Anschluss alles ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Die Suppe pürieren, den Orangen- und Limettensaft unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Die Limette gibt der Suppe nochmal eine besondere Note.

(Caroline)