

Rezept

Exotische Möhrensuppe mit Babymöhren

Ein Rezept von Exotische Möhrensuppe mit Babymöhren, am 28.06.2026

Zutaten

½ Apfel	1 EL Öl
1 TL Currypulver	1 Babygläschen Möhren (190 g)
150 ml Gemüsebrühe	150 ml Milch
Salz	Pfeffer
Zucker	2 EL frisch gepresster Limettensaft
1 EL gehackte Petersilie (frisch oder TK)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Portion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

Zubereitung

1. Den Apfel schälen, putzen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen und den Apfel darin unter Rühren andünsten. Currypulver darüberstäuben.

2. Möhren, Brühe und Milch unterrühren. Aufkochen und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 5 Min. köcheln lassen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und Limettensaft abschmecken. Mit der Petersilie bestreut servieren. Dazu passt Brot.