Rezept

Möhren-Curry-Suppe

Ein Rezept von Möhren-Curry-Suppe, am 25.05.2025

Zutaten

300 g	Möhren
1	kleine Zwiebel
1 EL	Butter
150 g	Kokosmilch (Dose)
	2-3 TL rote Currypaste
	Salz
1	mittelgroße mehlig kochende Kartoffel
1	Knoblauchzehe
	¼ l Gemüsebrühe
2 EL	Kokosraspel
	½ TL brauner Zucker
1 EL	Limettensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 210 kcal

Zubereitung

1. Möhren und Kartoffel schälen und würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.

2. Butter erhitzen, Zwiebel darin glasig dünsten. Möhren und Knoblauch dazugeben, 2-3 Min. dünsten. Mit der Brühe und Kokosmilch ablöschen. Aufkochen, Kartoffel zufügen, alles in 12 Min. weich kochen. Inzwischen Kokosraspel in einer trockenen Pfanne goldbraun rösten.

3. Suppe mit dem Stabmixer pürieren. Mit Currypaste, Zucker, Salz und Limettensaft abschmecken. Kokosraspel auf die Suppe streuen.