

Rezept

Süßkartoffelsuppe mit Zimtcroupons

Ein Rezept von Süßkartoffelsuppe mit Zimtcroupons, am 28.06.2026

Zutaten

1 Zwiebel	250 g Süßkartoffeln
2 EL Butter	250 ml Gemüsebrühe
2 Scheiben Toastbrot	2 TL Zucker
1/8 TL Zimtpulver	Saft von 1 Orange
Salz	Pfeffer
2 EL ungeschwefelte getrocknete Cranberries	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 400 kcal, 14 g F, 4 g EW, 62 g KH

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Süßkartoffeln schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. 2 TL Butter in einem Topf zerlassen und die Zwiebelwürfel darin glasig andünsten. Die Süßkartoffeln dazugeben, dann mit der Brühe ablöschen. Alles aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. köcheln lassen.
2. Inzwischen die Toastbrotsciben entrinden und in kleine Würfel schneiden. Die restliche Butter in einer Pfanne zerlassen und die Toastwürfel darin rundum goldbraun rösten. Zucker und Zimt darüberstreuen und den Zucker leicht karamellisieren lassen. Die Croûtons vom Herd nehmen.
3. Die Süßkartoffeln im Topf mit dem Pürierstab fein pürieren, den Orangensaft unterrühren und alles nochmals aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Servieren die Suppe auf tiefe Teller oder Schalen verteilen und die Croûtons und die Cranberries darüberstreuen.