

## 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!

