



Möhren-Ingwer-Suppe

Zutaten (1 Portionen)

8 große Möhren

1 Küchenwiebel

40 g Butter

40 g Ingwer

1 kl. Tasse Orangensaft

600 ml Gemüsebrühe

100 ml Sahne

Schnittlauch

1 Prise Salz und Pfeffer

Öl zum braten

Die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden und in das heiße Öl in einem Topf geben. Die Möhren in grobe Scheiben schneiden und mit den Zwiebeln anrösten. Dann mit dem Orangensaft ablöschen und die Gemüsebrühe dazugeben.

Bei geschlossenem Deckel ca. 8 Minuten köcheln lassen. Nun vom Ingwer ein daumenbreites Stück abschneiden und in kleine Streifen schneiden. Den Ingwer in den Topf dazu geben und noch einmal 5 - 8 Minuten weiterköcheln lassen. Jetzt alles mit dem Stabmixer mixen und die Sahne mit einrühren. Etwas klein geschnittenen Schnittlauch dazu und anrichten.

Dann abschmecken und gegebenenfalls nachsalzen.