

Orientalische Möhrensuppe

Zutaten

(Zutaten für 4 Personen)

400 g Möhren

2 Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

3 EL Speiseöl

600 ml Gemüsebrühe

200 ml Kokosmilch

100 ml Orangensaft

2 Msp. Spicy's Muskatblüte gemahlen

1 Prise Zimt gemahlen

4 EL Kokoschips

1 Bund Petersilie

Salz oder Meersalz

Zubereitung

Zuerst die Möhren gründlich schälen und waschen. Knoblauch abziehen und zerdrücken.

Zwiebeln und Möhren fein würfeln.

Anschließend das Öl erhitzen, das Gemüse hinzugeben und langsam andünsten

Nun die Brühe, die Kokosmilch und den Orangensaft angießen und abgedeckt circa 20 Minuten garen.

Danach die Suppe pürieren und mit Salz, Muskatblüte und Zimt abschmecken.

Kokoschips in einer beschichteten Pfanne goldbraun rösten.

Die Petersilie zusammen mit den Kokoschips auf die Suppe geben.

Die Suppe schmeckt besonders gut in Kombination mit geröstetem Fladenbrot.