

Sunday, February 24. 2008

Kartoffel - Karottencreme - Suppe

Für 2 Schalen:

1 Sack Karotten (1 kg)

ca. 0,75 kg Kartoffeln (Augenmaß reicht)

2 große Zwiebeln

1 walnußgroßes Stück frischen Ingwer

Gemüsebrühe

1 1/2 EL Ghee (oder Butter)

Salz, Pfeffer,

1/4 TL gemahlener Zimt

1/4 TL Kreuzkümmel

1 TL Currypulver

2 TL brauner Rohrzucker

1/4 Becher Sahne

Schwarzbrot

Schmand zum garnieren

Kartoffeln, Zwiebeln und Karotten waschen, schälen und in Würfel schneiden oder durch die grobe Raspel der Küchenmaschine jagen. Ingwer schälen und fein hacken

Ghee oder Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebelwürfel reingeben. Kreuzkümmel, Zimt, Currypulver und braunen Zucker auf die Zwiebeln geben und unter Rühren kurz anschwitzen. Karotten und Kartoffeln in den Topf geben und alles gut durchmengen. Mit Gemüsebrühe aufgießen, bis das Gemüse fast bedeckt ist. Auf mittlerer Hitze ca. 15 Minuten kochen lassen.

Wenn die Karotten und Kartoffeln gar sind, den Ingwer und die Sahne dazu geben und die Suppe mit dem Pürierstab glatt pürieren.

Die Suppe in ein Schälchen geben und mit einem Klecks Schmand und zerbröseltem Schwarzbrot garnieren.

~~~

orange: Eine meiner Lieblingssuppen und eine prima Verwertung, wenn man viele Karotten zuhause hat. Man kann die Suppe problemlos einfrieren und dadurch, daß sie sehr cremig und dickflüssig ist macht sie wunderbar satt. Allein der Duft von angebratenen Zwiebeln in Verbindung mit Zucker, Curry und Zimt ist die Schnippelarbeit wert ;-)

~~~

Posted by orange in suppen at 20:04