

# Ingwer-Möhrencreme-Suppe

---

 [happy-mahlzeit.com/2019/11/03/ingwer-möhrencreme-suppe/](https://happy-mahlzeit.com/2019/11/03/ingwer-möhrencreme-suppe/)

## Zutaten für 10 Personen:

- 750 g Möhren
- 1 mittelgroße Sellerieknolle
- 3 Kartoffeln
- 1 großes Stück Ingwer
- 2 Zwiebeln
- 4 EL Bratöl
- 1,5 Liter Gemüsebrühe
- 500 ml Kokosmilch
- ¼ Liter Orangensaft
- Salz
- Pfeffer
- etwas Kurkuma
- etwas Kreuzkümmel
- 1 Bund Petersilie

## Zubereitung:

Möhren, Sellerie und Kartoffeln schälen, waschen, dann in Stücke schneiden. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden. Alles beiseitestellen.

Zwiebeln schälen, würfeln und in Öl andünsten. Danach Kartoffeln, Wurzeln, Sellerie und Ingwer dazugeben. Das Ganze 10 Minuten dünsten. Dann die Gemüsebrühe dazugeben und alles weitere 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Danach zu einer Creme pürieren.

Orangensaft und die Kokosmilch dazugeben und gut verrühren. Die Suppe mit Kurkuma und Kreuzkümmel abschmecken. Petersilie hacken und vor dem Servieren über die Suppe streuen.

Rezept aus dem Kloster Bursfelde

Quelle: NDR - Klosterküche vom 9.12.2018