

Möhren-Ingwer-Suppe

Ein schnelles und einfaches Möhren-Ingwer-Suppe Rezept für eine herrliche Möhrensuppe mit Ingwer und einer feinen Orangennote.

etwa 4 Portionen



gelingt leicht

bis 20 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

1 Zwiebel
etwa 10 g frischer Ingwer je nach Schärfe
800 g Möhren
2 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
1 Pck. Dr. Oetker Finesse Geriebene Orangenschale
500 ml Gemüsebrühe
Schnittlauch
2 EL Zitronensaft
150 g Dr. Oetker Crème fraîche Classic
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Wie koche ich eine leckere Möhren-Ingwer-Suppe?:

- 1 Gemüse vorbereiten:**
Zwiebel abziehen, Ingwer schälen und beides in Würfel schneiden. Möhren schälen und in Scheiben schneiden.
- 2 Möhren-Ingwer-Suppe kochen:**
Speiseöl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Ingwer darin andünsten. Möhren hinzufügen, mit Finesse bestreuen und kurz mitdünsten. Gemüsebrühe hinzugießen und mit Deckel in etwa 15 Min. bei mittlerer Hitze gar kochen.
- 3 Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in Röllchen schneiden. Möhren-Ingwer-Suppe pürieren, mit Zitronensaft sowie **der Hälfte** Crème fraîche verrühren und mit den Gewürzen abschmecken. Möhren-Ingwer-Suppe auf Teller verteilen, übrige Crème fraîche und Schnittlauch dekorativ darauf anrichten.**



Versuchsküche

Rezepte und Tipps

Tipps aus der Versuchsküche

- Für eine exotische Möhren-Ingwer-Suppe die Hälfte der Gemüsebrühe durch 250 ml Kokosmilch ersetzen.
- Die Möhren-Ingwer-Suppe mit [Ciabatta](#) servieren.

