pb die beste Küche

Süßkartoffel-Erdnuss-Suppe mit Limette und Koriander

Der Muntermacher für die kalte Jahreszeit

Unsere Süßkartoffel-Erdnuss-Suppe ist ganz schnell und einfach zubereitet. Gerade jetzt in der kalten Jahreszeit ist diese Suppe, die ganz vegan ist, ein optimaler Muntermacher.

Süßkartoffel-Erdnuss-Suppe

Zutaten für 4 Portionen

2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
ca. 1 kg	Süßkartoffeln
2 EL	Curry
2	Limetten
1 Bund	Koriander
4 EL	Erdnussmus fein
200 ml	Kokosmilch

zudem

4 EL	Bratöl
500 ml	Gemüsebrühe
	Salz
	Pfeffer

Der optimale Muntermacher

Zwiebel und Knoblauch schälen, hacken und in einem großen Topf auf mittlerer Stufe mit Öl anbraten. Süßkartoffel gründlich waschen, schälen, klein würfeln, zusammen mit dem Curry in den Topf geben und ca. 5 Minuten anbraten. Anschließend mit der Gemüsebrühe ablöschen und dann nochmals ca. 15 Minuten ohne Deckel köcheln lassen. Limetten auspressen. Koriander waschen, Blättchen abzupfen und fein hacken.
Erdnussmus und Kokosmilch zur Suppe geben und alles mit einem Stabmixer glatt pürieren. Limettensaft unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Koriander bestreuen und servieren.