

## Kalte Möhren-Ingwer-Suppe

Die kalte Möhren-Ingwer-Suppe ist erfrischend und genau das richtige für heiße Sommertage. Ein herzhaftes Rezept das einfach gelingt.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 10 min

**Koch/Backzeit:** 15 min

**Gesamtzeit:** 25 min



### Zutaten

400 g	Möhren
2 Stk.	Schalotten
1 Stk.	<a href="#">Ingwer</a> (ca. 2 cm)
1 EL	<a href="#">Butter</a>
1 TL	Zucker
1 l	Gemüsebrühe
250 g	Sauerrahm
	Salz und Pfeffer
1 Stk.	Limette

### Zubereitung

1. Für die **kalte Möhre-Ingwer-Suppe** die Schalotten schälen und klein zerkleinern. Die Möhren putzen und in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und raspeln.
2. Die Butter in einem Topf erhitzen und die Schalotten glasig dünsten. Die Möhren, Ingwer und Zucker dazu geben glasieren. Mit der Gemüsebrühe aufgießen und die Möhren weich kochen. Danach die Suppe abkühlen lassen.
3. Sauerrahm hinzugeben mit einem Mixstab fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und im Kühlschrank kühl stellen.

### Tipp

Die Möhren-Ingwer-Suppe mit gehackte Koriander Blätter oder Blattpetersilie garnieren und mit einige Tropfen Kürbiskernöl verfeinern. Die Suppe kann man natürlich auch warm genießen.