

# Karotten-Ingwer-Suppe

Fruchtige Karotten-Ingwer-Suppe mit leichter Schärfe. Ein tolles Rezept mit feinem Orangenaroma.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 15 min

**Koch/Backzeit:** 20 min

**Gesamtzeit:** 35 min



## Zutaten

|          |                                         |
|----------|-----------------------------------------|
| 350 g    | <a href="#">Karotten</a>                |
| 1.5 Stk. | <a href="#">Zwiebel</a>                 |
| 2 Stk.   | <a href="#">Knoblauchzehe</a>           |
| 1 EL     | Olivenöl                                |
| 0.5 l    | <a href="#">Gemüsesuppe</a>             |
| 1 Prise  | <a href="#">Salz</a>                    |
| 1 Prise  | <a href="#">Pfeffer</a>                 |
| 1 Stk.   | <a href="#">Ingwer</a>                  |
| 2 EL     | Crème fraîche                           |
| 1 Stk.   | <a href="#">Orange</a> (den Saft davon) |

## Zubereitung

1. Zur Vorbereitung der **Karotten-Ingwer-Suppe** die Zwiebel, Knoblauch und Karotten säubern, schälen und schneiden. Ingwer gründlich reinigen, schälen und würfeln.
2. Olivenöl in einem hohen Topf geben und erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch dünsten. Die Mischung mit Gemüsesuppe ablöschen. Die zerkleinerten Karotten in die Suppe geben. Mit Salz, Ingwer und Pfeffer das Rezept verfeinern.
3. Die Karotten-Ingwer-Suppe bis zu 15 Minuten leicht köcheln lassen. In der Zwischenzeit eine Orange pressen und den Saft in die Karotten-Ingwer-Suppe geben. Mit einem Pürierstab die verbliebenen Karottenstücke zermahlen, sodass eine cremige Suppe entsteht. Zum Schluss mit etwas Creme Fraiche verfeinern und servieren.

## Tipp

Statt Creme Fraiche kann auch ein Tupfer Schlagobers die Karotten-Ingwer-Suppe noch runder machen.