Paprikasuppe

Besonders im Frühling schmeckt die leichte und kalorienarme Paprikasuppe besonders schmackhaft. Ein einfaches und schnelles Gemüsesuppen Rezept.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min

Zutaten

3 Stk.	Paprika
2 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Zwiebel rot
2 EL	Olivenöl
1 Stk.	Chilischote
150 ml	Kokosmilch (ungesüßt)
500 ml	Gemüsebrühe
	Salz und Pfeffer nach Belieben

Zubereitung

1. Für die **Paprikasuppe** das Backrohr auf 200°C vorheizen. Die Paprika halbieren, Kerngehäuse und Trennwände entfernen. In das vorgeheizte Backrohr, auf ein Backblech oberste Schiene legen und kurz backen bis die Haut Blasen bekommt. Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lasen und mit einem Messer enthäuten und zerkleinern.

2. Die Knoblauchzehe und Zwiebel schälen, klein würfelig schneiden und im Öl kurz anbraten. Chilischote der Länge nach aufschneiden, von den Kernen befreien, in dünne Scheiben schneiden und braten. Die Paprikastücke dazu geben. Mit Kokosmilch und Gemüsebrühe ablöschen und aufkochen. Bei geringer Hitze 10 Minuten köcheln lassen. Mit einem Mixstab pürieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Tipp

Die Paprikasuppe mit frische Kräuter wie zum Beispiel Schnittlauch garnieren und mit ein wenig Paprikapulver bestäuben.