

Süßkartoffel-Kokos-Cremesuppe

Süßkartoffel-Kokos-Cremesuppe ist ein exotisches Suppen-Rezept mit Karotten, Orange und Ingwer. Geröstete Cashews und frischer Koriander machen diese Suppe zu einem Genuss.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

2 Stk.	Süßkartoffeln
4 Stk.	Karotten (mittelgroße)
1 Stk.	Zwiebel (große)
2 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Frischer Ingwer (2 cm)
1 Stk.	Orange
600 ml	Gemüsebrühe
600 ml	Kokosmilch
1 Prise	Chiliflocken
1.5 EL	Paprikapulver (edelsüß)
0.5 TL	Zimt
	Salz und Pfeffer
2 Handvoll	frischer Koriander
2 EL	Olivenöl
4 EL	Cashews (geröstet und zerhackt)

Zubereitung

1. Um eine köstliche **Süßkartoffel-Kokos-Cremesuppe** zu kochen die Süßkartoffeln, [Karotten](#), Knoblauchzehen, Ingwer und Zwiebel schälen und grob würfeln. Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und das vorbereitete Gemüse darin einige Minuten anbraten. Durch das kurze Anrösten entwickeln die Zutaten ein besonders aromatisches Geschmack.

2. Anschließend mit der Gemüsebrühe aufgießen und das Gemüse darin weich garen. Sobald Süßkartoffel und Karotten weich sind, die Suppe mit einem Pürierstab fein und cremig pürieren.
3. Die Orange auspressen und den Saft gemeinsam mit der Kokosmilch zur pürierten Suppe geben. Etwa 50 ml der Kokosmilch für die spätere Garnitur beiseitestellen. Chiliflocken, Paprikapulver, Zimt, Salz und Pfeffer hinzufügen und alles gut verrühren. Die Suppe nochmals aufkochen und anschließend etwa 10 Minuten köcheln lassen, damit sich die Aromen gut miteinander verbinden. Abschließend nochmals abschmecken und bei Bedarf etwas nachwürzen.
4. Während die Suppe köchelt, die Korianderblätter von den Stielen zupfen. Die fertige Süßkartoffel-Kokos-Suppe in tiefen Tellern anrichten und mit der restlichen Kokosmilch beträufeln. Mit frischen Korianderblättern und gerösteten Cashews garnieren und heiß servieren.

Tipp

Die gerösteten Cashews sorgen für einen angenehmen Biss und passen besonders gut zur cremigen Suppe. Wer es etwas schärfer mag, kann zusätzlich einige Chiliflocken über die fertige Suppe streuen.