



CHEFKOCH.DE



Möhren-Kartoffel-Suppe mit Ingwer

Möhren putzen, schälen, würfeln. Kartoffeln schälen, würfeln, (Zwiebeln abziehen), Ingwer schälen, beides würfeln.

Butter in einem Topf zerlassen (Zwiebeln und) Ingwer darin andünsten. Gemüsebrühe angießen, gewürfeltes Gemüse dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 10 min köcheln lassen. Tomaten dazugeben und kurz mitköcheln lassen. Suppe pürieren, ~~dann die Sahne dazugeben~~ und heiß werden lassen. 100 g Crème fraîche légère in die Suppe rühren; mit Salz und Pfeffer abschmecken. Suppe in Teller verteilen, ~~übrige Crème fraîche légère darauf geben~~. Nach Belieben mit Petersilie garnieren und servieren.

~~Tipp:~~

~~Wer mag, kann Krabbenfleisch in Öl kurz anbraten und über die Suppe verteilen.~~

Arbeitszeit: ca. 25 Min.
Koch-/Backzeit: ca. 20 Min.
Schwierigkeitsgrad: normal
Kalorien p. P.: keine Angabe

Zutaten für 6 Portionen:

1125 g	Möhre(n)
525 g	Kartoffel(n), mehligkochend
750 g	Tomate(n), stückige, aus der Dose
3	Zwiebel(n)
1 ½ Stück(e)	Ingwer, (ca. nussgroß)
3 EL	Butter
1 ½ Liter	Gemüsebrühe
225 g	Schlagsahne, oder Kochsahne
225 g	Crème fraîche légère
1 ½ Stiel/e	Petersilie
	Salz und Pfeffer

Verfasser: sundfee