

Einfache Küche für den Mann

mit
Hansjörg Brunner



Karotten-Orangen-Ingwer-SUPPE

für 4 Personen

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten

Köstliche Suppe mit dem gewissen Pfiff !

450 g	Karotten	
30 g	Butter	
1,5 dl	Orangensaft frisch gepresst	
0.8 L	Gemüsebouillon	(2 KL Gemüse- / 1 KL Rindsbouillon)
1 kl	Zwiebel, grob gehackt	(~ 50 g)
10 g	Ingwer frisch	(~ 10 Scheiben 1,5 mm dick)
	Salz / Pfeffer / Vollrahm oder Crème fraîche	

- Karotten schälen, in Scheiben schneiden, bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten im Butter und Zwiebel dünsten.
- Bouillon, Orangensaft, Ingwerscheiben dazugeben und aufkochen.
- Salz und Pfeffer zugeben, Hitze reduzieren und ca. 20 Minuten köcheln lassen.
- Abkühlen lassen, wer es nicht zu „asiatisch“ mag, fischt nun die Ingwerscheiben heraus und püriert anschliessend mit dem Stabmixer.
- Wieder erwärmen, abschmecken, ggf. noch etwas Orangensaft zufügen.
- In Suppentellern oder Suppentassen servieren, mit etwas Vollrahm oder Crème fraîche garnieren.