

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Süßkartoffelsuppe

Zutaten: 4 Süßkartoffeln, 2 Zwiebeln, 4 Knoblauchzehen, ein fingergroßes Stück Ingwer, 4 EL Erdnussöl, 2 L Gemüsebrühe, 2 säuerliche Äpfel, 4 Stängel Minze, 2 EL helle Sojasoße, 2 EL Chiliöl, 4 TL Meerrettich oder frisch geriebenen, schwarzer Pfeffer, Salz, Abrieb von 1 Limette, 2 Handvoll Wasabinüsse

Zubereitung: Süßkartoffeln schälen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen und alles klein hacken. In einem Topf 2 EL Öl erhitzen und die Zwiebel-Knoblauch-Ingwer-Mischung hineingeben. Etwas anbraten und dann die Süßkartoffeln dazugeben und einige Minuten weiter anbraten. Die Gemüsebrühe dazu gießen und 15 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit den Apfel vierteln und die Minze hacken. Nun den Apfel, die Sojasoße, das Chiliöl, die Minze und den Meerrettich zu den Süßkartoffeln geben. Pürieren und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Falls die Suppe zu dick und sämig ist, einfach etwas Brühe nachgießen. Die Schale der Limette abreiben und in die Suppe geben sowie den Saft. Nun können noch nach Geschmack Wasabinüsse drübergestreut werden.

Guten Appetit wünscht ihr **Gemüsebringt's**-Team
www.gemuese-bringts.com