



Süßkartoffel-Kokos-Suppe

Zutaten für 2 Portionen:

- 2 Zwiebel(n)
- 2 Knoblauchzehe(n)
- 1 Chilischote(n)
- 500 g Süßkartoffel(n)
- 500 ml Gemüsebrühe
- 300 ml Kokosmilch*
- 1 Banane(n)*
- 1 TL Curry*
- 1 TL Zitronensaft
- Salz und Pfeffer*
- Öl *

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Die Chilischote entkernen, ebenfalls fein hacken. Die Süßkartoffeln schälen und würfeln.

Die Zwiebeln kurz in Öl anbraten. Knoblauch, Chili und Curry dazugeben und kurz mitbraten. Mit der Brühe ablöschen, Süßkartoffeln und Kokosmilch dazu geben. Kurz aufkochen lassen und ca. 5 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen.

Die Banane schälen, in Scheiben schneiden und in die Suppe geben. Noch ca. 5 Minuten weiter kochen lassen, dann die Suppe pürieren (falls sie zu dickflüssig ist, einfach mehr Brühe oder Kokosmilch dazugeben).

Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die mit Stern* gekennzeichneten Artikel sind im Welt Laden erhältlich