

Kohlrabi-Kokos-Suppe mit Zitronengras

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

30
Min.

NIVEAU



"Was riecht denn hier so gut?", diese Frage kam von nicht wenigen Schaulustigen, die vom betörenden Duft in die Küche gelockt wurden, als ich dieses Rezept getestet habe. Wenn nämlich Ingwer, Knoblauch, Zwiebeln, Zitronengras und Chili mit Curry und Kurkuma in Kokosöl vor sich hin brutzeln, weiß jeder Bescheid: Das kann nur gut werden. Dazu kommt eine süße Gemüseauswahl und fertig ist deine exotische Kohlrabi-Suppe mit Lieblingsrezept-Potenzial.

- 1 -

Kohlrabi, Möhren und Süßkartoffel schälen und in Würfel schneiden.

- 2 -

Knoblauch, Zwiebel und Ingwer schälen, Chilischote halbieren und entkernen. Das harte Ende der Zitronengrasstängel und die äußeren Blätter entfernen. Alles fein hacken und zusammen mit Curry und Kurkuma in Kokosöl kurz anbraten.

- 3 -

Gemüse hinzufügen und ca. 3 Minuten mit braten.

- 4 -

Mit Gemüsebrühe ablöschen und ca. 25 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist. Mit einem Stabmixer zu einer cremigen Masse pürieren.

- 5 -

Kokosmilch unterrühren. Mit Limettensaft, Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für 6 Portionen

2 Kohlrabi
1 Süßkartoffel
2 Möhren
1 Zwiebel
4 Stängel Zitronengras
3 Knoblauchzehen
1 Chilischote
30 g Ingwer
2 Esslöffel Kokosöl
1 Teelöffel Curry
1 Teelöffel Kurkuma
500 ml Gemüsebrühe
400 ml Kokosmilch
1 Esslöffel Limettensaft
2 Esslöffel Sojasauce
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

Eigentlich müsste dieses Rezept "Kohlrabi-Möhre-Süßkartoffel-Ingwer-Chili-Kokos-Suppe mit Zitronengras" heißen. Okay, ist ein bisschen übertrieben. Allerdings hätte dieses Süppchen einen übertrieben langen Namen verdient, so lecker wie es ist.

Kohlrabi-Kokos-Suppe mit Zitronengras