

10

KAMÖKO - SUPPE

vom Richtsberg

Die Jugendgruppen des Bewohnernetzwerks für Soziale Fragen e.V. führen zur Vorbereitung des Suppenfestes jedes Jahr ein Challenge zur Vorauswahl durch. Dieses Jahr hat das Team des Jugendclubs im Treffpunkt mit der Kartoffel-Möhren-Kokosmilch Suppe gewonnen und wird am Internationalen Suppenfest teilnehmen.

Zutaten für 8 Portionen:

- 1 kg Süßkartoffeln gewürfelt
- 3 große Karotten gewürfelt
- 3 große Zwiebeln gewürfelt
- 3 große Knoblauchzehen gehackt
- 1 Liter Wasser
- 1 kleines Stück Ingwer gehackt
- 1 frische Chili gehackt
- 100 ml Kokosmilch
- Salz, Pfeffer und Currypulver
- Petersilie zum Garnieren
- wenig Olivenöl

Zubereitung:

Das Gemüse in wenig Olivenöl anschwitzen, bis es duftet. Mit dem Wasser ablöschen und das Gemüse weich kochen. Mit dem Mixstab pürieren und je nach gewünschter Konsistenz mehr Wasser begeben. Kokosmilch und Gewürze einrühren und wieder aufkochen. Abschmecken und mit Petersilie garniert servieren.

Guten Appetit :)

BSF e.V. Jugendclub im Treffpunkt Richtsberg