

1) Die Goldene

Hessen / Deutschland

Wir leben seit über 40 Jahren hier und fühlen uns hier wohl.

Zutaten (für ca. 2 l Suppe):

500 g Hokkaido-Kürbis
250 g Möhren
250 g Süßkartoffeln
250 g Sellerieknolle
ca. 100 g Zwiebeln
ca. 30 g Knoblauch
ca. 30 g fein geriebener Ingwer
200 ml Orangensaft
ca. 750 ml Gemüsebrühe
400 ml (1 Dose) Kokosmilch
Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Gewürfelte Zwiebeln in Olivenöl glasig dünsten, das kleingeschnittene Gemüse zugeben. Mit der Brühe aufgießen und ca. 20 Min. weich kochen. Mit dem Mixstab fein pürieren. Orangensaft und Kokosmilch zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Guten Appetit!

Vegetarisch!

Cornelia & Joachim Lehmann