

Möhren-Orangen-Suppe

Die Süße der Möhren verbindet sich mit der herben Säure der Orange zu einer feinen Komposition.

Eine Möhren-Orangen-Suppe kann unter anderem mit Kokosmilch oder auch frischen Ingwer verfeinert werden. In unserem Rezept findet der Thymian seinen Weg in diese vegetarische Gemüsesuppe. Die Zubereitung ist unkompliziert und geht recht schnell. Der Genuss ist umso größer.

Zutaten

- 500 g Möhren
- 30 g Butter
- Saft von 2 Orangen
- 1 ¼ l Gemüsebrühe
- 1 kleine Zwiebel, grob gehackt
- 3-4 TL frischer Thymian gehackt oder 1 TL getrockneter Thymian
- Salz
- Pfeffer
- Saure Sahne und Muskatnuss zum Servieren

Zubereitung

- Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Butter in einem Topf aufschäumen. Die Möhren dazu geben und bei schwacher Hitze 10 Minuten braten, dabei gelegentlich umrühren.
- Orangensaft, Zwiebel und Brühe dazu geben. Zum Kochen bringen und mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Hitze reduzieren und die Möhren abgedeckt in 20 Minuten gar kochen. Abkühlen lassen.
- Die Suppe pürieren, wieder in den Topf geben und aufwärmen. Anschließend in Suppenschüsseln servieren, dazu mit einem Klecks saurer Sahne und Muskatnuss garnieren. Nach Wunsch noch einen Thymianzweig dazu legen.



Veröffentlicht von Gourmet Magazin

<https://www.gourmet-magazin.de/rezepte/moehren-orangen-suppe/>