

# Möhren-Ingwer-Suppe mit Knoblauch-Croûtons und Garnelen

## Für zwei Personen

3 Tigergarnelen	2 Scheiben Toastbrot	1 Zwiebel
30 g frischer Ingwer	500 g Möhren	1 Orange
150 g Crème-fraîche	800 ml Gemüfefond	1 Frühlingszwiebel
2 EL Zitronensaft	2 EL Speiseöl	Olivenöl
50 g Mehl	Salz, Pfeffer	

Von der Zitrone die Haut in Zesten abreiben. Die Zwiebel abziehen, den Ingwer schälen und beides in Würfel schneiden. Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Das Speiseöl in einem großen Topf erhitzen, die Zwiebel und den Ingwer darin andünsten. Die Möhren hinzufügen, Orangenzeste hinzugeben und kurz mitdünsten. Den Gemüfefond hinzugießen und mit Deckel in etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze gar kochen. Die Frühlingszwiebel waschen und in Ringe schneiden. Die Suppe pürieren, mit Zitronensaft sowie der Hälfte der Crème fraîche verrühren und mit den Gewürzen abschmecken. Hiernach die Rinde der Toastbrotsscheiben entfernen und das Brot grob würfeln. Den Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und in Olivenöl anbraten. Die Knoblauchscheiben aus der Pfanne nehmen. Die Toast-Würfel anschließend hineingeben und kross braten. Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen und von der Schale befreien. Die Krebse anschließend waschen und trockentupfen. In dem Bratenansatz der Croûtons die Garnelen mit Olivenöl anbraten und anschließend zur Seite stellen. Die Möhren-Ingwer-Suppe mit der restlichen Crème-fraîche und den Frühlingszwiebelringen garnieren und mit den Knoblauch-Croûtons und Garnelen in tiefen Tellern anrichten und servieren.

Kevin Scheuren am 29. Oktober 2013