

Möhren-Suppe mit Ingwer und Avocado

Für 2 Personen

350 g Möhren	1 Avocado	1 Bund Koriander
10 g Ingwer	1 Limette	30 g Butter
1 EL Zucker	400 ml Gemüsefond	100 ml Crème-fraîche
Salz	Pfeffer	

Die Zwiebel und den Ingwer schälen und fein würfeln. Die Möhren waschen, schälen, in Stücke schneiden. Etwas Limettenschale mit dem Zestenreißer von der Limette reißen und die Limette halbieren und den Saft auspressen. Die Zwiebel, den Ingwer und Limettenschale in heißer Butter andünsten. Möhrenstücke kurz dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Zucker betreuen. Mit der Brühe ablöschen und 20 Minuten köcheln lassen. Die Avocado schälen, halbieren und den Stein entfernen, Das Fruchtfleisch würfeln, den Koriander hacken und zur Avocado geben. Mit Salz, Pfeffer und zwei Esslöffeln Limettensaft abschmecken. Die Suppe pürieren, Crème-fraîche unterrühren. Mit Salz und Pfeffer und zwei Esslöffeln Limettensaft abschmecken. Möhrensuppe mit den Avocadowürfeln anrichten und servieren.

Nina Haenelt am 29. Juni 2010