



KAROTTEN-KOKOS-SUPPE



QimiQ AVANTAGES

- Cremiger Genuss bei weniger Fett
- Sämige Konsistenz im Handumdrehen
- Einfache und schnelle Zubereitung



15



INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

250 g

100 g Oignon(s), finement hachées

1 Gousse(s) d'ail, finement hachées

3 cs Huile d'olive

250 g

300 ml Bouillon de légumes

200 ml Lait de coco

1 Limette(s), le jus

1 TL

1 pincée Kreuzkümmel, moulues

1 TL Coriandre, frais

1 pincée Ingwerpulver

PRÉPARATION

1. Zwiebeln und Knoblauch heißem Olivenöl anschwitzen und die Kartotten dazugeben.
2. Gemüsebrühe, Kokosmilch und Limettensaft dazugeben und zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und für 10 Minuten köcheln lassen, bis die Karotten weich sind.
3. QimiQ Sahne-Basis dazugeben und zum Kochen bringen. Vom Herd nehmen, restliche Zutaten dazugeben und mit einem Stabmixer fein pürieren. Auskühlen lassen.
4. Suppe mit Koriander garnieren und kalt servieren.