Karottencremesuppe

Dauer: Mittel Kategorie: Suppen Vegetarisch Saison: Ganzjährig



Zutaten

500 G	(Bio) Karotten
1 EL	Öl oder 20g Butter
1 KLEINE	Zwiebel
1 TL	Zucker
1	Lorbeerblatt
	Salz, Pfeffer
	Chili, Zitronensaft
EVENTUELL	Schlagobers oder etwas Milch
	Wasser oder Gemüsebrühe nach Bedarf

Zubereitung

1. Zwiebel fein schneiden und mit dem Öl/Butter glasig dünsten.
2. Zucker dazugeben und karamellisieren lassen.
3. Klein geschnittenen Karotten dazugeben.
4. Mit Wasser oder Gemüsebrühe aufgießen und gar dünsten.
5. Mit Stabmixer fein pürieren.
6. Eventuell mit Wasser aufgießen bis die Suppe eine schöne Konsistenz hat.
7. Mit Salz, Pfeffer, Chili und Zitronensaft abschmecken.
8. Mit Schlagobers oder Milchschaum servieren.

SEMINAR BÄUERINNEN