



GEWÜRZE  
DER WELT



Rezeptkarte N° 166

## Karottensuppe mit Baobab



10 Minuten



10 Minuten



20 Minuten

## Zutaten

**3 cm** Ingwer, fein gewürfelt

**4** Möhren, gewürfelt

**1** Zwiebel, gewürfelt

**1** Knoblauchzehe, fein gewürfelt

**2** Stück Stangensellerie, gewürfelt

**2 EL** Selleriegrün, gehackt

**2 EL** Petersilie, gehackt

 **ca. 600 ml Gemüsebrühe**

 **2 EL Baobab Pulver**

 **Olivenöl**

 **Meersalz**

 **Schwarzer Pfeffer**

 **1 TL schwarzer Sesam**

optional: 2 EL Kokoscreme

## Rezept

Möhren, Zwiebel, Knoblauch und Ingwer in 3 EL Olivenöl andünsten. Selleriewürfel, Selleriegrün und Petersilie hinzufügen und mit der Gemüsebrühe aufgießen. Mit geschlossenem Deckel garen. Die Suppe mit dem Stabmixer pürieren und mit den Gewürzen abschmecken. Mit Sesam bestreuen und servieren.

**Guten Appetit!**