



## Fruchtige Karottensuppe mit Ingwer

### Zutaten für 4 Personen

6 große Karotten, 1 Zwiebel, Ingwer 5 cm, 1 Orange, 2 EL Rapsöl, 2 EL Gemüsebrühe in 800 ml Wasser, Salz, Pfeffer, Sahne nach Belieben

### Zubereitung

Karotten schälen und in Stücke schneiden. Zwiebeln und Ingwer schälen und würfeln.

Bringen Sie in einem großen Topf das Wasser mit der Brühe zum Kochen und geben Sie die Zwiebeln, die Karotten und den Ingwer hinein. Lassen Sie alles zusammen 20 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit die Orange reiben und den Saft auspressen.

Nehmen Sie den Topf vom Herd und geben Sie Öl, Saft der Orange und eventuell Sahne zur Suppe.

Pürieren Sie schließlich alles mit dem Stabmixer in dem Topf. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf den Tellern anrichten. Nach Belieben mit etwas Sesam bestreuen.