



Asiatische Möhren- Paprikasuppe mit Rindergehacktes

Welche Erinnerungen oder Geschichte verbinden Sie mit dieser Suppe und der Herkunftsregion der Suppe?

In meinem letzten Urlaub in Indien, wurde diese Suppe serviert.

Die Zutaten für diese Suppe sind:

Zutaten für 4 Personen:

750g Möhren
250g Kartoffeln
2 Zwiebeln
1 rote Paprika
2 Esslöffel Öl
1 Teelöffel rote Currypaste
4 Teelöffel Gemüsebrühe
2 Esslöffel Braunen Zucker
2-3 Esslöffel Zitronensaft
500g Rindergehacktes
Creme fraiche
Mandelblättchen
4-6 Esslöffel helle Sojasoße
Wasser

Das Rezept für diese Suppe lautet:

Möhren und Kartoffeln waschen und schälen. Die Paprika waschen. Alles in große Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und klein schneiden. Öl in einem Topf erhitzen. Möhren, Paprika, Kartoffeln und Zwiebeln im Topf ca. 2 Minuten unter ständigem Rühren leicht anbraten. Currypaste einrühren. Mit Zucker bestreuen und mit 2 Esslöffel Zitronensaft ablöschen. Ca. $\frac{3}{4}$ L heißes Wasser zugeben und die Brühe einrühren. Zugedeckt 15-20 Minuten kochen. Gemüse mit dem Stabmixer fein pürieren, dabei ca. 300ml bis zur gewünschten Konsistenz untermixen. Suppe kurz aufkochen. Mit Sojasoße und Zitronensaft abschmecken. Rindergehacktes krümelig anbraten und in die Suppe geben. Die Suppe mit 1 Teelöffel Creme fraiche und Mandelblättchen anrichten.

Diese Suppe serviert Ihnen:

Wilma Albrecht
Tafel Bebra
