

# MÖHREN-INGWER-SUPPE

## Zutaten (4 Personen)

- 750 g Möhren
- 500 ml Gemüsebrühe
- 200 ml O-Saft
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer
- 6-8 Stiele Thymian
- 2 EL Sonnenblumenöl
- Saft einer Limette
- Chiliflocken nach Bedarf
- Salz, Pfeffer



## Zubereitung

Knoblauch, Schalotten schälen und fein würfeln. Ingwer schälen und fein reiben. Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Thymian waschen und 6 Stiele zusammenbinden.

Möhren, Schalotten, Knoblauch und Ingwer im heißen Öl anschwitzen. Mit O-Saft und Gemüsebrühe ablöschen. Thymianbund zugeben und zugedeckt ca. 20 Minuten kochen.

Thymian entfernen und Suppe fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Limettensaft abschmecken. Bei Bedarf noch etwas Gemüsebrühe hinzufügen.

Suppe servieren und mit restlichen Thymianblättchen und Chiliflocken bestreuen.