

Karotten-Ingwersuppe



30 Minuten



4 Personen



vegan

Zutaten

- 2 mittelgroße Schalotten
- 2 EL Rapsöl
- ½ Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer geschält (Walnussgroß)
- ¼ Knollensellerie (geschält)
- 500 g Karotten (geschält)
- 500 ml Gemüsebrühe
- 2 Thymianzweige
- 75 ml Noilly Prat
- 1 TL Agavendicksaft
- 75 g Seidentofu
- 1 Zitrone (unbehandelt)

Zubereitung

- 1) Karotten, Knollensellerie und Ingwer in Haselnuss große Würfel schneiden. Rapsöl in einem hohen Topf erhitzen und die Schalottenstreifen mit dem angedrückten Knoblauch glasig andünsten. Karotten, Knollensellerie und Ingwer zugeben und mit anschwitzen
- 2) Im Anschluss mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Noilly Prat ablöschen und anschließend mit der Gemüse Brühe auffüllen.
- 3) Nun Seidentofu und Agavendicksaft zugeben und nochmals aufkochen lassen. Mit etwas Saft und dem Abrieb der Zitrone verfeinern. Eventuell noch mit Salz und Pfeffer nachschmecken.

Guten Appetit wünscht die BASF Gastronomie!

Weitere Rezepte finden Sie unter gastronomie.basf.de/rezepte

Unser Küchentipp

Aus den Schalen von Knollensellerie und Karotten und aus den Resten vom Schalotten schneiden (und allen anderen Zwiebelgewächsen) kann man sich schnell eine eigene Gemüsebrühe ansetzen. Alles in eiskaltem Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Auch Tomaten- und Pilzabschnitte können hierfür verwendet werden.

