



Yacon-Möhrensuppe

Zutaten für 4 Pers.

Zubereitungszeit ca. 30 Min.

500 g Yacon
600 g Möhren
1 rote Chilischote
1 große Zwiebel
1–2 EL Öl
1/2–1 TL Asia-
Currypaste
400 ml ungesüßte
Kokosmilch
2–3 TL Gemüse-
brühe (instant)
3 Stiele Koriander
Salz, Pfeffer
1 Zitrone

Yacon schälen, waschen und klein würfeln.
Möhren schälen, waschen. Ca. 1/2 Möhre in Scheiben schneiden.
Restliche Möhren klein schneiden.
Chili längs einschneiden, entkernen, waschen und in feine Ringe schneiden.
Zwiebel schälen und würfeln.
Öl in einem großen Topf erhitzen. Möhren, Yaconwürfel, Zwiebeln und die Hälfte Chili darin andünsten.
Currypaste einrühren und kurz anschwitzen.
Die Kokosmilch bis auf 4 TL zufügen.
3/4 l Wasser zugießen, aufkochen und die Brühe einrühren.
Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten köcheln.
Koriander waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen. Die Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren.
Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Möhrenscheiben hineingeben und 2–3 Minuten garen. Suppe anrichten.
Je 1 TL Kokosmilch in Schlieren in die Suppe rühren.
Koriander und Chili darüber streuen.