

Süßkartoffelcremesuppe mit Kokosmilch

Eigentlich ist es noch kein Wetter für Suppen. Aber da wir letzte Woche einen Temperatursturz hatten, war mir nach einer warmen Suppe zumute. Aber nicht nach irgendeiner, sondern nach einem cremigen, scharfen Süppchen. Ich esse Cremesuppen für mein Leben gern, wenn sie gut zubereitet und gut gewürzt sind. Denn es gibt solche und solche Suppen.





Diese Mal hatte ich mich für eine Süßkartoffelcremesuppe mit Kokosmilch entschieden. Für die Schärfe sorgten Chilischoten. Denn wie Ihr wisst, liebe ich eine gewisse Schärfe im Essen. Meine Süßkartoffelsuppe ist schön cremig geworden und schmeckt richtig toll. Wer keine Kokosmilch mag, der ersetzt sie durch einen Becher Schmand. Wieder ein ganz einfaches Rezept mit wenig Zutaten, auch vom Zeitaufwand hält es sich in Grenzen. Aber überzeugt Euch selbst, hier kommt das Rezept:







Das Rezept für die Süßkartoffelcremesuppe mit Kokosmilch:

Zutaten für 2 Portionen:

- 500 g Süßkartoffeln
- 2 Karotten
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 kleine Chilischoten
- 1 Dose Kokosmilch oder 1 Becher Schmand
- Saft einer Limette
- 400 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden.
2. Karotten schälen und in Scheiben schneiden.
3. Zwiebel und Knoblauchzehen in kleine Würfel schneiden, vorher schälen.
4. Die Zwiebel in einem Topf mit Öl goldgelb andünsten, Knoblauch dazu und kurz mit dünsten.
5. Kartoffeln und Karotten zu den Zwiebel geben und leicht anbraten.
6. Chilischoten dazugeben.
7. Mit Gemüsebrühe ablöschen.
8. Kokosmilch und den Limettensaft einrühren und ca. 20 – 30 Minuten köcheln lassen. Immer mal wieder schauen ob die Kartoffeln gar sind.
9. Zum Schluss die Suppe pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wünsche guten Appetit!

Wenn Du mein Rezept ausprobiert hast, würde ich mich **@damofoodworld** über eine Verlinkung sehr freuen, oder nutze

den Hashtag **#damofoodworld**









Weitere leckere Suppengerichte:

- [Pizzasuppe nach Mutti Art](#)
- [Curry-Maultaschen-Suppe](#)
- [Lauch-Käsesuppe mit Kartoffeln](#)
- [Eintopf – Gaisburger Marsch –](#)
- [Flädlesuppe](#)
- [Pfannkuchen nach Elsässer Art](#)
- [Kartoffelgulasch](#)