

## Karottensuppe oriental

Rezept für 4 Personen

### Zutaten:

- 1 Zwiebel fein gehackt
- 1 Knoblauchzehe fein gehackt
- 150 g Karotten
- 1 Selleriestängel
- 1 EL Olivenöl
- 6 dl Gemüsebouillon
- 2 Petersilienwurzeln
- 75 g Kidneybohnen
- Salz, Pfeffer und etwas Chili



### Zubereitung:

- 1 Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl andünsten. Selleriestängel und Karotten würfeln und mitdünsten. Ablöschen mit Bouillon. Ca. 10-15 Min. köcheln lassen bis das Gemüse weich ist. Petersilienstängel und Kidneybohnen begeben.
- 2 Mit dem Stabmixer pürieren und mit Salz, Pfeffer abschmecken und nach Wunsch etwas Chili hinzufügen
- 3 In vorgewärmten Teller heiss oder kalt servieren

**Zubereitungszeit:** ca. 30 Min.

**Empfehlung:** Vor dem Servieren sofern vorhanden mit frische Kräutern (Petersilie) - alternativ Chilifäden - bestreuen.

**Achtung:** Chilifäden sind kein Ersatz für Chilipulver. Sie haben praktisch keinen Würzeffekt.