

Süßkartoffel-Tomaten-Suppe mit Kokosmilch

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Für die Suppe:

400 g Süßkartoffeln
2 Zwiebeln
400 g Tomaten
2 EL Butter/Öl
150 ml Weißwein
800 ml Kokosmilch
je zwei TL Salz und Zucker

Für die Croutons:

300 g Weißbrot vom Vortag
2 EL flüssige Butter
2 EL Olivenöl

1 Limette



ZUBEREITUNG

Süßkartoffeln schälen, halbieren oder vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln in Würfel schneiden. Von den Tomaten den Strunk herausschneiden und in kleine Stücke schneiden. Limette längs vierteln.

Süßkartoffeln und Zwiebeln in der heißen Butter /Öl anbraten. Zwischendurch umrühren.

Tomaten, Weißwein, Salz, Zucker und Kokosmilch zufügen und ca. 20 min. mit Deckel köcheln lassen, bis die Süßkartoffeln weich sind. Inzwischen das Brot in Würfel schneiden und auf einem Backblech mit der flüssigen Butter und dem Olivenöl vermischen. Im Ofen bei 180 Grad ca. 10 bis 15 min. goldbraun rösten. Zwischendurch wenden. Die Suppe mit einem Pürierstab fein pürieren und mit den Croutons servieren.

Nach Geschmack die Suppe mit dem Limettensaft beträufeln.

Guten Appetit!



DE-ÖKO-006



Marienhof
ESPERDE