

Sup mǎnfrǎng h̄wān

Thaisuppe mit Süßkartoffeln

Zutaten:

800 g Süßkartoffeln
2 Schalotten
1 Stück Ingwer (2 - 3 cm)
4 Knoblauchzehen
1 EL gehackten Schnittlauch
2 TL Kurkumapulver
1 Messerspitze Chilipulver
1 Zimtstange
1 TL Korianderpulver
1 TL Kreuzkümmel
800 ml Gemüsebrühe
3 EL Olivenöl
200 ml Kokosmilch
4 TL Creme fraîche
Salz, Pfeffer



Zubereitung:

- Ingwer, Knoblauch und Schalotten fein hacken.
- Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden.
- In einem Topf das Öl erhitzen.
- Ingwer, Knoblauch und Schalotten darin anbraten.
- Kümmel, Koriander und Kurkuma kurz mitdünsten.
- Kokosmilch und Gemüsebrühe zugießen.
- Mit Pfeffer, Salz und Chili abschmecken.
- Kartoffeln und Zimtstange zugeben.
- Etwa 20 Minuten köcheln lassen.
- Zimtstange entfernen und die Suppe pürieren.
- Noch einmal kurz aufkochen lassen.
- Suppe auf vier Suppenteller verteilen.
- Je einen Esslöffel Creme fraîche auf die Teller geben.
- Mit dem Schnittlauch überstreut servieren.