

## Karotten-Orangensuppe mit Ingwer und einer Prise Zimt

---

### Zutaten für die Suppe:

1 kg Möhren

500 g Orangenwürfel

1 Zwiebel

1,5 l Brühe

0,3 l Orangensaft

0,2 l Sahne

2 EL Butter

Salz, Pfeffer, etwas Ingwer, etwas Knoblauch, etwas Zimt



### Zubereitung:

Möhren schälen und in Würfel schneiden. Orangen schälen und klein schneiden. Zwiebeln schälen und in kleinen Würfeln schneiden.

In der Butter die Möhren und Zwiebeln anschwitzen, dann die Orangen und Ingwer dazu geben.

Alles aufkochen lassen und auf kleiner Flamme ca. 30 Min. weich kochen.

Mit dem Pürierstab alles pürieren und mit Sahne vollenden.

Nochmals abschmecken und durch ein Sieb passieren.

Etwas Sahne steif schlagen.

Suppe mit einer kleinen Sahnehaube und einer kleinen Prise Zimt servieren.

Guten Appetit !

Mario Seifert