

Süßkartoffelsuppe mit Quitte und Cashews Ingwer-Kurkuma-Limette



Zutaten für rund 2 Portionen:

- 550g geschälte, gewürfelte (ca. 2cm) Süßkartoffeln
- 1 kleine Schalotte und 1 Knoblauchzehe
- etwas Olivenöl
- Salz & Pfeffer
- ein Schuß Pflaumenschnaps
- 400ml Gemüsefond
- 1 Bio-Limette
- 400ml Kokosmilch

Für das Topping:

- 1 Quitte
- ein Teelöffel fein gewürfelter frischer Ingwer
- Abrieb einer Limette, Saft einer halben Limette
- ein paar Stiele Koriander
- etwas Olivenöl
- 40g NuZz-Cashews Ingwer-Kurkuma-Limette

Zubereitung

Für das Topping die Quitte vierteln, entkernen und in sehr kleine Würfelchen schneiden. Mit der geschälten, fein gewürfelten Ingwerwurzel, dem Limettenabrieb und -saft und 1-2 El Olivenöl mischen. Salzen und pfeffern. Die Blätter vom Koriander abzupfen, grob hacken und untermischen. Beiseite stellen.

Für die Suppe die Schalotte und den Knoblauch fein würfeln und in etwas Olivenöl andünsten, dann die Kartoffelstücke zugeben und mit einem Schuß Pflaumenschnaps (oder Apfelsaft) ablöschen. Den Gemüsefond zugeben und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Ca. 15 min leicht köcheln lassen bis die Kartoffeln weich sind.

In der Zwischenzeit die Limette waschen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen, auch von der verbliebenen Limettenhälfte des Toppings (s.o.). Die Cashews grob hacken. Den Limettenabrieb und die Kokosmilch zu den Kartoffeln geben. Noch einmal aufkochen lassen.

Die Suppe mit dem Pürierstab fein pürieren. Den Limettensaft untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe in Teller geben, die Quittenmischung hineingeben und mit den Cashews bestreuen.

Voilà!

