

Rezept 12 / 1: Karottencremesuppe VI

1 Stück	Ingwer	schälen und klein würfeln in
etwas	Öl	anbraten
6 dicke	Karotten	putzen und klein schneiden, zum Ingwer geben, mit anbraten.
mit	Wasser	auffüllen und
		garen. Mit Mixstab pürieren. Falls zu fest
noch	Wasser	dazugeben. Alles noch mal erwärmen und mit
	Salz	und
	Öl	abschmecken.

Lebensmittel

Karotte
Ingwer

Fleisch: Nein **Fisch:** Nein **Butter:** Nein

Rezeptart: Abendessen

Schonkost: Nein