

Zucchini - Suppe

Zutaten für 2-3 Personen:

250 ml Wasser
250 ml Sojamilch
3 große Zucchini
½ TL Kreuzkümmel gemahlen
½ TL Koriander
½ TL Curcuma (Gelbwurz)
Daumennagel großes Stück Ingwer

Zubereitung:

Die Zucchini in Scheiben schneiden, in dem 1/4 Liter Wasser garen und anschließend im Mixer oder mit dem Zauberstab pürieren. Den Ingwer klein schneiden und mit den übrigen Gewürzen in etwas Öl anbraten. Pürierte Zucchini zugeben und aufkochen.
Die Suppe mit etwas Salz würzen und servieren.

Serviervorschlag:

Frische Minzeblätter über die fertige Suppe streuen bringt frische.

Guten Appetit