

## Kaltes Karottensüppchen mit feiner Ingwersahne

### Für 6 Personen

1 Zwiebel, 1 EL Butter, 600g Karotten, 1 Prise Zucker, Salz, Currypulver, Pfeffer, 1¼ l Hühnerfond

**Garnitur:** 125g Sahne, Salz, etwas Zitronensaft, 60g Ingwerwurzel, 1 Frühlingszwiebel, 4 TL Olivenöl

Egal, ob Sie – wie ich – Karotten zu diesem Gemüse sagen oder es Möhren oder Wurzeln nennen: Richtig schön frisch sieht die Suppe aus und hält, was sie verspricht. Dabei ist sie ganz einfach zu machen.

- Ich schneide die Zwiebeln – wie immer mit Liebe – ganz fein und dünste sie in Butter an. Dann tue ich die geschälten und in Stücke geschnittenen Karotten dazu, rühre sie einmal um und würze sie mit einer Prise Zucker und mit drei Prisen Salz. Ich gebe noch eine gute Prise feines Currypulver und etwas gestoßenen frischen Pfeffer hinein, das gibt der Suppe einen feinen Hauch von Würze, ohne zu dominieren.
- Das Ganze fülle ich nun mit dem Hühnerfond auf und lasse alles 35 bis 40 Minuten gemütlich köcheln. Wenn die Flüssigkeit zu stark reduziert wird, einfach mit Wasser wieder auffüllen.
- Sobald die Karotten schön gar sind, püriere ich die Suppe im Mixerglas oder mit dem Stabmixer – egal. Anschließend muss sie durchs Haarsieb passiert und sofort gut abgekühlt werden. Ich stelle sie dafür einfach in den Tiefkühler. Soll es mal ganz schnell gehen, fülle ich die Suppe in eine Edelstahlschüssel und stelle sie in eine zweite Schüssel mit Eiswürfel, Wasser und grobem Salz in den Kühlschrank.
- Als Garnitur für mein Süppchen nehme ich halb steif geschlagene Sahne, die ich mit etwas Salz und Zitrone würze, aber vor allem mit Ingwersaft. Dafür schäle ich ein Stück Ingwerwurzel, hobele es auf einer ganz feinen Reibe und drücke den Ingwer durch ein feines Sieb. So gewinne ich zwei bis drei Teelöffel Saft, der intensiv schmeckt und mir die Sahne nicht fasrig macht, wie frischer Ingwer das sonst so an sich hat.
- Die kalte Suppe bringe ich nun mit etwas Hühnerfond in die richtige Konsistenz: Sie soll schön dickflüssig sein, aber keinesfalls so steif wie ein Gemüsepuée! Ich fülle mein Karottensüppchen in ein Glas – oder feine Porzellanschälchen und verziere es mit der Ingwersahne. Ein Esslöffel pro Person ist nicht zu viel – so schmeckt das gut zusammen! Dann noch ein paar feine Ringe von der Frühlingszwiebel obendrauf und einen Teelöffel feinstes Olivenöl – voilà. Wer mag kann auch noch mit etwas grob gemahlenem Pfeffer würzen und es dann genießen.

Wenn ich den Geschmack mal etwas heiterer möchte, gebe ich zusätzlich noch etwas Orangensaft in mein Karottensüppchen, das sich übrigens sehr gut einfrieren lässt!

**Gekocht von Lea Linster**