



CREMIGE THAI-KOKOS-SÜSSKARTOFFEL-SUPPE

mit Sriracha und Limette

ADD-ON



rote Paprika



Gemüsebrühe



Süßkartoffel



Kokosmilch



Erdnüsse



Frühlingszwiebel



Limette



Sriracha

25 Minuten

Stufe 1

Veggie

Wenn Du Suppen auch so sehr liebst wie wir, dann kannst Du Dich auf diese Kokos-Süßkartoffel-Suppe nach thailändischer Art mit Sriracha und Limette freuen. Genieß diese cremige Suppe als Vorspeise oder zum Lunch.

Wasche das **Gemüse** ab.
Zum Kochen benötigst Du **1 großen Topf** und **1 Pürierstab**.



1 ZU BEGINN

Erhitze reichlich Wasser im **Wasserkocher**.

Paprika halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in Streifen schneiden.

Süßkartoffel schälen und in 2 cm große Würfel schneiden.



2 FRÜHLINGSZWIEBEL SCHNEIDEN

Weißes und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** **getrennt voneinander** in dünne Ringe schneiden.

Limette in Spalten schneiden.



3 GEMÜSE ANBRATEN

In einem großen Topf 1 EL **Öl*** erhitzen. **Paprika** und **weiße Frühlingszwiebelringe** zufügen und ca. 3 Min. anbraten.



4 SUPPE KOCHEN

Gemüse mit 400 ml **Wasser***, **Süßkartoffelwürfel** und **Gemüsebrühpulver** ablöschen und ca. 10 – 15 Min. zugedeckt köcheln lassen, bis die **Kartoffeln** weich sind.



5 SUPPE PURIEREN

Kokosmilch zu der **Suppe** geben und im Topf mit einem Pürierstab cremig pürieren, mit **Salz***, **Pfeffer*** und dem **Saft** von 2 **Limettenspalten** abschmecken.



6 ANRICHTEN

Kokossuppe in Schüsseln verteilen, mit **Erdnüssen**, grünen **Frühlingszwiebelringen** bestreuen und mit **Sriracha** (**Achtung: scharf!**) und **Limettenspalten** genießen!

2 PERSONEN ZUTATEN

	2P
rote Paprika BE NL	1
Süßkartoffel US CO	1 (klein)
Frühlingszwiebel DE IT	1
Limette BR MX	1
Gemüsebrühe	8 g
Kokosmilch	150 ml
Erdnüsse 9)	20 g
Sriracha	8 ml
Öl* für Schritt 3	1 EL
Wasser* für Schritt 4	400 ml
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack

* Gut, im Haus zu haben.

☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	332 KJ/79 kcal	1.971 KJ/471 kcal
Fett	4 g	26 g
– davon ges. Fettsäuren	3 g	15 g
Kohlenhydrate	8 g	47 g
– davon Zucker	3 g	17 g
Eiweiß	1 g	8 g
Salz	1 g	1 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

ALLERGENE

9) Erdnüsse

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland **BE:** Belgien **NL:** Niederlande
US: Vereinigte Staaten von Amerika **CO:** Kolumbien
IT: Italien **BR:** Brasilien **MX:** Mexiko

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

GUTEN APPETIT!