

# SÜßKARTOFFEL-ERDNUSSCRÉME-SUPPE MIT ORANGEN-GARNELEN

## SÜßKARTOFFEL-ERDNUSSCRÉME-SUPPE MIT ORANGEN-GARNELEN

Diese Süßkartoffel-Erdnusscrème-Suppe gab es bei mir schon auf unzähligen Partys und sie wird immer wieder gerne gegessen. Als Alternative zu den Curry-Putenbrustspießen gab es diesmal Garnelen in Orangenmarinade. So macht das Süppchen sowohl als Hauptgericht, als auch als kleine Vorspeise im Glas serviert, wirklich was her!



Zutaten für 4 Personen als Hauptgericht / 8 Personen als Vorspeise:

400g Süßkartoffeln

2 Stangen Staudensellerie

½ Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 kleine rote Chili

etwas Erdnussöl

3 EL Erdnussbutter

400 ml Kokosmilch

1 L Gemüsebrühe

3 EL Sojasauce

2 EL süß-scharfe Chilisauce

4-5 EL Limettensaft

Pfeffer & Salz

pro Person 2 Garnelen

Abrieb und Saft von 1 Orange

3 EL Olivenöl

Optional: etwas Koriander oder Selleriegrün

### Zubereitung:

Für die Suppe braucht ihr kaum länger als 25 Minuten. Die Süßkartoffeln, die Zwiebel, der Knoblauch und der Staudensellerie werden geschält und klein gewürfelt. Dann kommt die Zwiebel mit etwas Erdnussöl (alternativ Reisöl oder Sonnenblumenöl) in den Topf und wird kurz angeschwitzt. Das restliche Gemüse und die in feine Ringe geschnittene Chili dazu geben, kurz andünsten und mit der Brühe Ablöschen.

15 Minuten köcheln lassen. In dieser Zeit marinieren ich die Garnelen. Dafür werden sie mit einem Mix aus Öl, Pfeffer, Salz und dem Abrieb von 1 Orange bepinselt. 15 Minuten ziehen lassen.

Die Suppe mit dem Stabmixer pürieren. Dann gebe ich Erdnussbutter und Kokosmilch dazu. Umrühren und nochmals mit dem Stabmixer bearbeiten. Mit Sojasauce, süß-scharfer-Chilisauce und Limettensaft abschmecken. Bei Bedarf auch noch mit etwas Pfeffer und Salz würzen.

Die Garnelen kurz und ohne zusätzliches Öl (nur das Öl von der Marinade) von beiden Seiten in einer kleinen Pfanne anbraten.



Je zwei Garnelen auf ein Holzspießchen schieben und mit dem Saft aus der Orange beträufeln.

Die Suppe in Schälchen oder Gläsern anrichten und mit den Garnelenspießen servieren.

Lasst es euch schmecken!

