



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Mehr Rezepte? -> <https://www.stadtgarten-nuernberg.de/gartenkueche/rezeptsammlung>

Erbsen Kokos Suppe

Zu dem Rezept gibt es gar nicht so eine große Geschichte. Ich liebe Erbsen. Sie sind eigentlich mein absolutes Lieblings-Gemüse. Ich sammle ja Rezepte. Und das hier ist uralt. Ich habe nicht mehr den geringsten Schimmer, wo es ursprünglich mal herkam. Aber es geht superschnell, ist super einfach und sehr lecker. Noch dazu hat man die Zutaten fast immer zu Hause und kann es also auch super-spontan zubereiten.

Zutaten ca. 4 Portionen

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Prise Chilipulver
500g TK Erbsen
750 ml Gemüsebrühe
400 ml Kokosmilch
Salz, Pfeffer
10 Blätter Minze
1 Limette

1. Die Zwiebel fein würfeln. In einem Topf in Öl glasig andünsten.
2. Den Knoblauch fein würfeln und zusammen mit den Erbsen dazu geben und ebenfalls kurz anschwitzen.
3. Gemüsebrühe und Kokosmilch zufügen und kruz aufkochen. Die TK Erbsen sind ruck-zuck gar.
4. Pürieren und mit Chilipulver, Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Die Minzeblätter in Streifen scheiden, die Limette vierteln. Zur Suppe servieren.

