Rezept

Sellerie Crèmesuppe mit Happiness Spice Ginger & Lemon 24 vegan

Für 4 Personen / Zubereitung: 1,5 Std

Zutaten:

Suppe:
4 dl Wasser
600 g Zucchini
150 g Sellerieknolle
4 EL Cashewmus oder 1 Handvoll Cashewnüsse püriert
1 Zwiebel
½ TL Happiness Spice Ginger & Lemon
1 EL Zitronensaft
3 EL Zedernkerne

Korianderöl:
80 ml Olivenöl
4 EL Koriander gehackt
Wenig Zwiebel gehackt.
1 Prise Salz
Etwas Zitronensaft

Falls Koriander nicht schmeckt - das polarisiert ja bekanntlich – kann sehr gut auch Petersilie verwendet werden.

Deko: Frische Sprossen, Blüten

Zubereitung:

Suppe:
- Zucchini, Sellerie und Zwiebel schälen und mit den Suppe-Zutaten im Stabmixer gut pürieren.
- Wasser und das Püree in einem Topf leicht zu m köcheln bringen.

Korianderöl:
- Olivenöl mit Koriander, Zwiebel, Salz und Zitronensaft in einem Stabmixer fein mixen.
- Suppe anrichten und mit z.b. Malvenblüten, Kapuziner und ein paar Pinienkernen hübsch dekorieren.

E Guetä!

****

Ein herzliches Dankeschön dafür, dass du die Fair Trade Produkte von Ukuva berücksichtigst und damit einen wichtigen Beitrag leistest.

Das Ukuva Team wünscht dir genussvolle Festtage und ein wunderschönes neues Jahr mit viel Fairness, Freude und Spass am Kochen!

****