



Rezept

Sellerie Cremesuppe 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 Cashew Mus 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 Suppen-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.

En Guetä!

Ein herzliches Dankeschön dafür, dass du die Fair Trade Produkte von Ukuva kaufst 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!
