

**Biolandhof Agena/Dreyer GbR**  
Hagenpolder 1 26736 Krummhörn  
04920 / 318  
info@biolandhof-agena.de  
www.biolandhof-agena.de



## Möhrensuppe mit Apfel und Ingwer

300 g Möhren  
1 Zwiebel  
1 Tomate  
etwas Zucker  
das  
andünsten.  
800 ml Gemüsebrühe  
  
1 Knoblauchzehe  
1 Apfel, rot  
Apfelviertel in  
  
1 TL Ingwer, gehackt  
½ TL Currypulver  
1 TL Koriander  
1 TL Pfefferkörner, schwarz  
1 TL Zimt  
200 g Sahne  
3 EL Butter  
etwas Zucker

und  
schälen und klein schneiden.  
waschen und ebenfalls klein schneiden.  
in einem Topf bei schwacher Hitze karamellisieren,  
Gemüse hinzugeben und kurz  
  
angießen und das Gemüse bei schwacher Hitze  
etwa 20 Minuten garen.  
schälen und halbieren.  
vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die  
dünne Spalten schneiden. Zwei Apfelspalten  
schälen, klein schneiden und mit  
sowie Knoblauch und  
in die Suppe geben.  
und  
klein mahlen. Die Suppe damit würzen.  
ebenfalls zum Würzen der Suppe verwenden.  
sowie  
dazu geben und die Suppe pürieren.  
in einer Pfanne bei mittlerer Hitze karamellisieren.  
Die restlichen Apfelspalten darin von beiden Seiten  
andünsten und die Suppe damit garnieren.