



[SEXYGLASFUTTER.DE](http://SEXYGLASFUTTER.DE)

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) – [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) – [PROTEINFOOD](#)

## Möhrensuppe - Glasfood Fingerfood Partyfood



### Einkaufsliste Möhrensuppe :

Möhren, 8 mittelgroße Bio

Zwiebeln, 2

Paprikamark, eine kleine Tube

Walnussöl

Wermut, extra dry

Gemüsebrühe, Bio

Mineralwasser

Zitrone, 1 Bio

Honig

Salz

Pfeffer



[SEXYGLASFUTTER.DE](http://SEXYGLASFUTTER.DE)

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

## Möhrensuppe

 anregend	 einfach / schnell	 preiswert
	 warm servieren	 gut einzufrieren
 vegetarisch		

### Vorbereitung:

- Möhren schälen, in kleine Würfel schneiden,
- in ca. 0,5 l Gemüsebrühe ca. 15 min. weich köcheln lassen,
- Zwiebeln klein schneiden,
- Zitronenschale klein schneiden, Saft auspressen

### Zubereitung:

- Zwiebeln in einem Topf mit etwas Walnussöl anschwitzen,
- Paprikamark ( 1 TL ) zufügen und mitrösten,
- mit trockenem Wermut ablöschen, ca. 5 min. weiterköcheln,
- die gekochten Möhren mit der Brühe dazugeben,
- Zitronenschale, Zitronensaft und Honig zufügen,
- alles gründlich pürieren
- abschließend mit Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer abschmecken



[SEXYGLASFUTTER.DE](http://SEXYGLASFUTTER.DE)

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

**Tipps:**

- Die Konsistenz der Suppe lässt sich leicht über den Brüheanteil steuern.
- Je nach Geschmack kann die Suppe mit Sahne, Creme Fraiche oder Schmand verfeinert werden.
- Ferner kann ein Schuss Orangensaft und / oder Gin die Suppe aufwerten.

**Dazu schmeckt:**

- frisches Baguette und ein kalter Pinot Grigio