



Süsskartoffelsuppe

mit Kürbiskernöl

Zutaten

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2cm Ingwer
- 500g Süsskartoffeln
- 1 EL **St. Galler Olivenöl**
- 7dl Gemüsebouillon
- Salz nach Bedarf
- etwas **St. Galler Kürbiskernöl**
- 2 Zweiglein Koriander

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen, grob hacken.
2. Ingwer schälen, in Scheibchen schneiden.
3. Süsskartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden.
4. Olivenöl in einer Pfanne warm werden lassen.
5. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer andämpfen, Süsskartoffeln kurz mitdämpfen.
6. Bouillon dazu giessen, aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 15 min. köcheln lassen.
7. Suppe pürieren, salzen.
8. Suppe anrichten, Korianderblättchen abzupfen, darauf verteilen und Kürbiskernöl darüber träufeln.

QUICK-INFOS

- Rezept für:** 6 Gläser
von je ca. 1½dl
- Vorbereitung:** 10min.
- Zubereitung:** 10min.

Tipps:

Lässt sich vorbereiten: Suppe ca. 1 Tag im Voraus zubereiten, auskühlen, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. Suppe kurz vor dem Servieren garnieren.

Benötigte Produkte von St. Galler Öl für dieses Rezept:

