

Avocado - Kokos Suppe mit Curry und Koriander

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 5m
- **Fertig in** 15m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '15', 'cook_time' : '5m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Sommerlich, erfrischend, herzhaft - pikant, naturbelassen, gesund

Zutaten

- 2 vollreife Avocados
- 300 ml ungesüßte Kokosmilch aus dem Supermarkt
- 600 ml gute Gemüsebrühe aus dem Supermarkt oder selber gekocht
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 1 kleine, rote Paprikaschote, entkernt, geschält, in 1/2 cm großen Würfeln
- Saft 1 Zitrone, etwas Abrieb
- 4 Stängel frischer Koriander gezupft
- 1 El Sonnenblumenöl
- 1 TL Currypulver
- 1 Spur gemahlener Chili, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Zwiebel mit den Paprikawürfeln in Sonnenblumenöl glasig anschwitzen, das Currypulver dazu geben und "ausschwitzen".

Schritt2

Den Gemüsefond aufgießen und einmal kurz "aufstoßen" lassen; abkühlen.

Schritt3

Danach das Avocado Fruchtfleisch entnehmen und sofort mit Zitronensaft beträufeln.

Schritt4

Im Mixer oder mit dem Zauberstab und der Kokosmilch pürieren. Die Gemüsebrühe zufügen. Salzen, pfeffern. und wieder recht kalt stellen.

Schritt5

Anrichtevorschlag:

Schritt6

Die Avocado - Kokos Suppe "eiskalt" gekühlt in ebenfalls kühlen Tassen oder tiefen Tellern anrichten und mit gezupften Koriander - Blättchen garnieren.

Rezeptart: Kalte Suppen **Tags:** gesund, naturbelassen, Sommerlich, erfrischend

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/avocado-kokos-suppe-mit-curry-und-koriander/>