



## KÜRBIS-KOKOS-SUPPE

Ein Herbst- und Winter-Klassiker verfeinert mit Kokosmilch und Cajun. So kommt der afrikanische Gaumenkitzel besonders gut zur Geltung.

Rezept für 4 Personen

Art: Salat, vegan

AFRO Spice: Cajun

Zubereitungsdauer: 30 Minuten

Aufwand: mittel

### ZUTATEN

- 500 g Kürbis
- 1 Karotte
- ½ Stange Lauch
- 2 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 330 ml Kokosmilch
- 220 ml Kokoscreme
- 150 ml Orangensaft
- 100 ml Weißwein
- 2 TL AFRO Spice Cajun
- ½ g Safran
- 1 TL Koriandersamen
- 1 TL Bockshornklee (Asia oder India Shop)
- 1 Lorbeerblatt
- Olivenöl
- 500 ml Wasser
- Salz
- Pfeffer

### ZUBEREITUNG

Kürbis, Karotte, Zwiebel, Knoblauch und Lauch grob schneiden und in Olivenöl mit Koriandersamen und Bockshornklee anschwitzen. Knoblauch und Karotte hinzufügen und weitere 2 bis 3 Minuten mitrösten. Danach Kürbis und Lauch beifügen und mit Weißwein ablöschen.

Den Orangensaft begeben und reduzieren lassen. Anschließend mit Wasser aufgießen und Safran und das Lorbeerblatt hinzufügen. 10 Minuten köcheln lassen.

Kokoscreme und Kokosmilch hinzufügen, aufkochen lassen, mixen und durch ein Sieb passieren. Mit AFRO Spice Cajun, Salz und Pfeffer abschmecken.

