

Rezept

Erbсен-Kartoffelsuppe mit Kokos und Minze



Quelle: Kartoffel-Marketing GmbH (Bei Verwendung bitte angeben)

Zutaten:

200 g mehligkochende Kartoffeln	2 EL Sonnenblumenöl
450 g TK Erbsen	1 l Gemüsebrühe
2 Schalotten	200 ml Kokosmilch
20 g Ingwer	1 Zitrone
1 Stängel Zitronengras	1 Handvoll Minze

Zubereitung:

Kartoffeln, Schalotten und Ingwer schälen und fein würfeln. Das Zitronengras leicht anquetschen. Die Erbsen auftauen lassen.

Das Öl in einen Topf geben, heiß werden lassen und Kartoffeln, Schalotten und Ingwer mit dem Zitronengras glasig darin anschwitzen. Das Ganze mit der Brühe ablöschen und etwa zehn Minuten zugedeckt kochen lassen.

Die Erbsen in den Topf geben und weitere fünf Minuten garen. Dann Kokosmilch, Limettensaft und Minze hinzufügen.

Das Zitronengras entfernen und alles mit einem Stabmixer fein pürieren.

Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalt oder warm servieren.

Das Rezept gibt es online unter folgendem Link: <https://www.die-kartoffel.de/19-blog/rezepte/615-erbsen-kartoffelsuppe-mit-kokos-und-minze>.

Weitere tolle Rezepte sowie Informationen und Tipps rund um die Kartoffel gibt es zudem unter www.die-kartoffel.de.

Über die KMG

Die Kartoffel-Marketing GmbH (KMG) wurde 2014 gegründet. Sie versteht sich als „Bündnis der Kartoffelprofis“ und repräsentiert die deutschen Speisekartoffelproduzenten und die Kartoffelhändler. Ihr Ziel ist es, die Verbraucher in Deutschland über die Vielseitigkeit und den hohen Wert der Kartoffel zu informieren. Zur KMG gehören der Deutsche Kartoffelhandelsverband e. V., die Bundesvereinigung Erzeugergemeinschaften

Rezept

Kartoffeln und der Verein Landvolk Niedersachsen – Landesbauernverband e. V. Projekte der KMG werden von der Landwirtschaftlichen Rentenbank unterstützt.

Experten-Interviews:

Wir arbeiten mit zahlreichen Experten aus dem Kartoffelanbau und aus der Kartoffelproduktion zusammen, die Ihnen für Interviews zur Verfügung stehen. Bitte wenden Sie sich gerne an uns.

Pressekontakt:

agentur05 GmbH | Christina Heibach
E-Mail: heibach@agentur05.de
Tel.: 0221 925454-816
Sachsenring 81 | 50677 Köln



rentenbank
gefördert von der
Landwirtschaftlichen Rentenbank