



Süßkartoffel-Curry-Suppe

mit Kokosmilch und Reisbandnudeln



20-30min



2 Personen

Wir lieben die Vielfalt der asiatischen Küche! Die aromatische Thai-Küche hat es uns besonders angetan. Eine leckere gelbe Currypaste mit feiner Schärfe, frische Kräuter und Ingwer, cremige Kokosmilch und fruchtig-säuerliche Limette gehören zu den Basics und verzaubern auch diese schnell zubereitete Suppe mit Süßkartoffeln, roter Paprika und Reisbandnudeln in ein himmlisches Geschmackserlebnis!

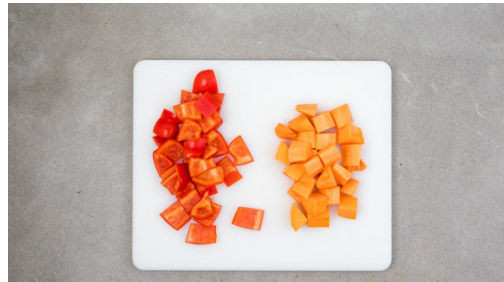
- 1 rote Paprika
- 1 Süßkartoffel
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Stück Ingwer
- 150g Reisbandnudeln
- 1 Packung gelbe Currypaste
- 200ml Kokosmilch
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 25ml Sojasauce ^{1,6}
- 50g Cashewkerne ¹⁵
- 10g Koriander

- Salz
- Pflanzenöl

- 2 mittelgroße Töpfe
- kleine Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Gluten (1), Sojabohnen (6), Nüsse (15).
Kann Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 772kcal, Fett 33.3g,
Kohlenhydrate 101.5g, Eiweiß 14.5g



Die **Paprika** halbieren, entkernen und in 1-2cm große Würfel schneiden. Die **Süßkartoffel** schälen, längs halbieren und ebenfalls in 1-2cm große Würfel schneiden.



Die **Limettenschale** abreiben und die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. Den **Ingwer** schälen und sehr fein würfeln oder reiben. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen.



In einem zweiten Topf 1 EL Pflanzenöl auf hoher Stufe erwärmen. Je nach gewünschtem Schärfegrad **1-2TL Currypaste** im heißen Öl ca. 1Min. anbraten, bis es duftet. Mit der **Kokosmilch** und 550ml Wasser ablöschen und zum Kochen bringen. Die **Süßkartoffeln**, den **Ingwer** und das **Brühgewürz** dazugeben und die **Suppe** erneut aufkochen.



Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und gut umrühren. Den Topf vom Herd nehmen und die **Nudeln** ohne Hitzezufuhr ca. 8Min. ziehen lassen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



Wenn die **Suppe** 2-3Min. geköchelt hat, die **Paprika** hinzugeben und die **Suppe** ca. 10Min. köcheln lassen, bis das **Gemüse** weich ist. Mit der **Sojasauce**, dem **Limettensaft**, **½TL Limettenschale** sowie Salz würzen und nach Geschmack ggf. **mehr Currypaste** unterrühren.



Die **½ der Cashews** in einer kleinen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. anrösten. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Cashews** verwenden. Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Die **Reisnudeln** auf Suppenteller verteilen und mit der **Suppe** aufgießen. Mit den **gerösteten Cashews** und dem **Koriander** garnieren und mit den **Limettenspalten** servieren.