



# 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/>