



Rezept

BOLIVIANISCHE ERDNUSSSUPPE

Gericht aus Bolivien



Zutaten

(FÜR 4 PERSONEN)

- 1 Öl
- 1 große Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Karotten
- 1/2 Tasse Erbsen
- 1/2 Tasse gewürfelte Tomaten
- 2-3 mittelgroße Kartoffeln
- 1 Dose geröstete Erdnüsse
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 1/2 TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz & Pfeffer
- Chilipulver

 15 Min | Vorbereitungszeit
20 Min | Zubereitungszeit/Garzeit



Zubereitung

1. Schneidet Zwiebeln und Knoblauch in Würfel und die Karotten in Scheiben. Zwiebeln, Knoblauch und Karotten in einem Topf mit etwas Öl leicht andünsten.

2. In der Zwischenzeit zerkleinert die Erdnüsse im Mixer oder in der Küchenmaschine (Erdnüsse sollten pulverfein gemahlen sein) und schneidet die Kartoffeln und Tomaten in Würfel.

3. Gebt Tomaten und Erdnüsse in den Kochtopf, Chilipulver dabei und bratet sie für eine weitere Minute an. Mit der heißen Gemüsebrühe aufgießen.

4. Die Suppe soll etwas flüssiger sein als gewünscht, da sie beim Kochen noch nachdickt. Die Erbsen, gewürfelte Kartoffeln und Kreuzkümmel zugeben und das ganze kochen lassen, bis die Kartoffeln gar sind (ca. 20 Minuten).

5. Püriert die Suppe und würzt sie anschließend mit Salz und Pfeffer, eventuell noch mehr Chilipulver, damit die Suppe schön pikant wird. Achtung: wenn ihr gesalzene Erdnüsse verwendet habt, seid vorsichtig mit dem Salz.

6. Für einen noch intensiveren Erdnussgeschmack kann man einen Löffel Erdnussbutter hinzufügen.

Wir wünschen guten Appetit!