



## Easy-Karottensuppe

### ZUTATEN

- 200 g Zwiebeln
- 480 g Karotten
- 800 g Kartoffeln
- 8 EL Olivenöl
- 1 L Wasser
- 4 TL Gemüsebrühe
- Salz und Pfeffer

### Topping:

- 8 EL Sojajogurt
- Kräuter nach Belieben

 **4 Personen**

 **30 Minuten**

 **leicht**

### ZUBEREITUNG

- 1** Die Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Karotten und Kartoffeln schälen und danach die Karotten in Scheiben und die Kartoffeln in Würfel schneiden.
- 2** Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin etwa 30 Sekunden andünsten. Karotten sowie Kartoffeln dazugeben und für eine Minute anbraten.
- 3** Wasser mit Gemüsebrühe verrühren und damit das Gemüse ablöschen. Die Suppe 20 Minuten bei kleiner Hitze zugedeckt kochen lassen.
- 4** Die Karottensuppe nun so fein pürieren, bis keine Stücke mehr enthalten sind. Falls die Konsistenz noch zu dickflüssig ist, einfach noch etwas Wasser zugießen.
- 5** Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 6** Das Ganze in eine Schale abfüllen, mit zwei Teelöffeln Jogurt und frisch gehackten Kräutern garnieren.

**An die Löffel, fertig, los!**