

Unser Weltladenrezept

Kokos – Bananensuppe



Kokos – Bananensuppe für 2 Personen

2 große reife, aber noch grün-gelbe Bananen 1 Bund Frühlingszwiebeln 2 Zehen Knoblauch 1 scharfe rote Chilischote 2 cm Ingwer	<ul style="list-style-type: none">- Die Bananen schälen und in 2 cm dicke Stücke schneiden- Frühlingszwiebeln in 1 cm Ringeschnitten- Knoblauch schälen und feinschneiden, Chili in dünne Ringe, Ingwer schälen und fein würfeln
1 EL Kokosöl* 200 ml Kokosmilch* 200 ml Gemüsebrühe	<ul style="list-style-type: none">- Frühlingszwiebeln in einem Topf mit Kokosöl scharf anbraten und dann Ingwerwürfel, Knoblauch und Banane hinzugeben- kurz anbraten und dann mit Kokosmilch und Brühe ablöschen- Für 10 Minuten sanft köcheln lassen
Salz 1-2 EL Sojasoße*	<ul style="list-style-type: none">- Die Suppe pürieren und mit Salz und Sojasoße abschmecken
6 EL Sojasauce*	<ul style="list-style-type: none">- In einer kleinen Schale Chili-Ringe und die Sojasoße vermengen- Die in Teller gefüllte Suppe kann nach Belieben mit der Chilisojasoße dekoriert werden.

* gibt es in unserem Weltladen