



## Möhren-Lebkuchen-Suppe

*Ergibt 6-8 Portionen*

*100 g Lebkuchen (Printen oder Nürnberger: OHNE Guss)*

*100 ml Milch, 700 g Möhren*

*25 g Ingwer, 4 Schalotten*

*2 Knoblauchzehen*

*3 EL Öl*

*800 ml Gemüsebrühe, Meersalz*

*frisch gemahlener Pfeffer*

*2 EL Schwarzkümmelsamen*

*1-2 Orangen, 120 g Ricotta*



Als erstes wird der Lebkuchen zu kleinen Stückchen zerbröckelt und für 5 Minuten in der Milch eingeweicht.

Die Möhren und den Ingwer schälen, Schalotten und Knoblauch ebenso und alles in Würfel zerkleinern.

2 EL Öl in den Topf und erhitzen, dann das Gemüse darin anzudünsten

Die Gemüsebrühe und den Lebkuchen zufügen.

ca. 20 Minuten köcheln.

Nun das ganze ganz fein pürieren, oder besser, durch ein Sieb passieren.

Sollte die Suppe zu dick sein, m. Gemüsebrühe etwas verdünnen.

Mit Meersalz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

Die Orange waschen und Zesten von der Schale reißen.

Den Ricotta mit dem Saft der Orange verrühren.

Die Suppe in Schalen füllen und mit Ricotta verfeinern, Schwarzkümmelsamen und Orangen-Zesten darüber streuen.

**Gutes Gelingen und einen ebensolchen Appetit !!!**

*Ein frohes und gesundes Neues Jahr !!*