

# Süßkartoffelsuppe

Für 4 Portion

## Zutaten

1 große Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 daumendickes Stück Ingwer  
10 g Olivenöl  
500 g reife Tomaten  
500 g Süßkartoffeln  
250 ml Gemüsebrühe,  
je nach Belieben der Konsistenz  
1 Prise Pfeffer  
1 EL frischen Thymian  
Salz nach Belieben



## Anleitungen

Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken und in einem Topf mit dem Olivenöl dünsten. Tomaten waschen, Stunk entfernen und in Stücke schneiden. Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer mit der Gemüsebrühe ablöschen und Tomaten und Süßkartoffelwürfel zugeben. Thymian abzupfen und zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles ca. 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Suppe mit einem Stabmixer pürieren und nochmals abschmecken. Guten Appetit!

## Tip

- Wer die Suppe noch mit etwas gehackter Petersilie garniert, der versorgt sich zusätzlich mit Vitaminen und Mineralstoffen.
- Wir essen als Beilage zu dieser Suppe Quinoa.