



# Karottensuppe mit Jakobsmuscheln

## Geschmacksbombe dank Ingwer und Koriander

---

### 4 Teller Suppe:

Karotten 500g  
Olivenöl, Meersalz  
Ingwerscheiben 15g  
Zimtblüten 4St  
Koriandersamen ¼ TL  
Orangen 2-3 Filets (zur Orangenzeit reichen 2), plus etwas O-Saft  
Vanilleschote ½, ausgekratzt  
Honig 1 El  
Karottensaft 500ml  
Kokoswasser 125ml

Koriander ½ Bd, frisch  
Olivenöl 2 El  
Limettensaft ½ El  
Honig 1 TL  
Salz

Koriander ½ Bd, frisch  
Erdnüsse 30g, gesalzen  
Ingwer 30g  
Puderzucker  
Olivenöl

Jakobsmuscheln 12 St (waschen, trocken und auf Seite stellen)

Thymian 4 Stängel  
Thaichili 1 kleine, in feine Streifen (Alternativ: getrockneter Chili aus d Mühle, oder etwas rote Currypaste)

Olivenöl

Karotten waschen, schälen, in grobe Stücke schneiden und bei mittlerer Hitze in einer Pfanne goldgelb rösten (Olivenöl, Salz). Ingwerscheiben, Koriandersamen und Zimtblüten zugeben und kurz mitrösten. Mit Karottensaft und Kokoswasser ablöschen. Orangenfilets und Vanille zugeben. Suppe im geschlossenen Topf auf kleinster Flamme ca 1,5h köcheln. Suppe mit Honig, und ggf weiterem Karottensaft und Kokoswasser abschmecken. Suppe stehen lassen und kurz vor dem Servieren pürieren.

Während die Suppe köchelt, Korianderöl zubereiten: Koriander mit Olivenöl, Limettensaft, Honig und Salz pürieren und abschmecken. Auf Seite stellen.

Anschließend Erdnüsse fein hacken und in einer Pfanne mit Olivenöl rösten. Gehackten Koriander zugeben und mit Puderzucker karamellisieren. Auf einem Küchenpapier auf Seite stellen.



Ingwer in dünne Stifte schneiden und heißem Öl goldgelb ausbacken. Auf einem Küchenpapier auf Seite stellen und mit Puderzucker bestäuben.

Kurz vor dem Servieren Jakobsmuscheln mit Thymian in Olivenöl auf mittlerer Hitze anbraten. Mit Chili abschmecken.

Servieren: Karottensuppe angießen. 3 Jakobsmuscheln p.P. in die Suppe legen. Mit den gehackten Erdnüssen garnieren, mit dem Korianderöl beträufeln und zum Schluss die Ingwerstifte drüber geben.

### Tipp

Die Suppe ist recht aufwendig, lässt sich aber super vorbereiten. Nur das Muschelfleisch muss auf den Punkt angebraten werden.

Die Suppe ist sehr intensiv. Eine echte Geschmacksbombe. Wer noch mehr investieren möchte, kann die Karotten Sous Vide garen. Dazu alle Zutaten in einem entsprechenden Beutel einschweißen und für 1,5h bei 85°C garen. Anschließend in eine Topf geben, pürieren und abschmecken.

