GLASMEYERS

Cremige Kürbissuppe

Cremige Kürbissuppe

Arbeitszeit: ca. 20 Minuten Gesamtzeit ca. 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

800g Hokkaido-Kürbis / 2 Kartoffeln / 1 Zwiebel / 1 Knoblauchzehe / 1 Stück Ingwer / 800ml Gemüsebrühe / 200ml Sahne / 100g Crème fraîche / 2 EL Olivenöl / Salz / Pfeffer / Muskat / Kürbiskerne / Kürbiskernöl

Zubereitung

Den Kürbis waschen, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Kartoffeln, Zwiebel und Knoblauch schälen und ebenfalls klein schneiden. Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Ingwer kurz anschwitzen. Kürbis und Kartoffeln hinzugeben und einige Minuten mitbraten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist. Anschließend alles fein pürieren, Sahne und die Hälfte der Crème fraîche unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Suppe in Schalen anrichten und mit der restlichen Crème fraîche, Kürbiskernen und etwas Kürbiskernöl garnieren.

Tipp: Für eine leicht fruchtige Note etwas Orangensaft zur Suppe geben.



Guten Appetit
wünscht
Team Glasmeyer