



Kürbiscremesuppe

Das brauchst du:

1 Hokkaido-Kürbis

1 große oder 3 kleine Zwiebeln

3 Kartoffeln

1 Möhre

1 kleine Scheibe Ingwer

Pfeffer, Salz, Curry

½ Becher Sahne

Kürbiskernöl zum Verzieren

So machst du's richtig:

- 1.) Schneide den Kürbis in vier Teile und entferne die Kerne und das Innengehäuse.
- 2.) Schneide den Kürbis in kleine Würfelchen.
- 3.) Schneide die Zwiebel in kleine Würfelchen.
- 4.) Schneide die Möhre und die Kartoffeln in kleine Teile.
- 5.) Nimm einen großen Topf und brate mit etwas Öl die Zwiebeln glasig.
- 6.) Gib die Kürbis-Würfelchen in den Topf und gieße mit Wasser auf.
- 7.) Lass den Kürbis nun weich kochen.
- 8.) Gib nach und nach die Kartoffeln und die Möhren dazu.
- 9.) Schneide den Ingwer in ganz kleine Würfelchen und gib ihn in die Suppe.
- 10.) Sind die Bestandteile weich gekocht, püriere mit einem Pürierstab die ganze Suppe fein.
- 11.) Würze mit Salz, Pfeffer und Curry.
- 12.) Gib etwas Sahne in die Suppe.
- 13.) Verziere die Suppe mit ein paar Spritzern Kürbiskernöl. Fertig!