

Kürbissuppe

Rezept für 6 Personen

Zutaten:

1	Zwiebel
1 TL	Curry
	Kürbis-Öl zum Dämpfen
400 g	Kürbis, z.B. Knirps, Butternuss oder Moschus
1	kleines Rüebli oder 1 Stück Knollensellerie
1 Stück	Ingwer (ca. Zwetschgen Grösse)
1	kleine Kartoffel
8 dl	Gemüsebouillon
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
180 g	Crème fraîche
	Kürbiskernöl und Kürbiskerne zum Garnieren



Zubereitung:

Zwiebel hacken, Kürbis rüsten und in Stücke schneiden, Rüebli (oder Sellerie) rüsten und in Stücke schneiden, Ingwer raffeln.

Zwiebel und Curry in Kürbis-Öl andämpfen. Kürbis, Rüebli, Sellerie und Kartoffel dazugeben und mitdämpfen. Bouillon und Ingwer beifügen.

Zugedeckt 20-25 Minuten köcheln.

Suppe pürieren, abschmecken.

Kürbiskerne in wenig Öl in der Bratpfanne rösten.

Suppe in vorgewärmten Suppentellern anrichten. Crème-Frâiche darauf geben und mit gerösteten Kürbiskerne garnieren.

Für eine dickere Suppe werden stärkehaltigere Kürbisse wie Potimarron (Knirps) oder Butternut verwendet. Suppe aus grösseren, wässrigeren Kürbissen wie dem gelben Speisekürbis oder Muskatkürbis können mit mehr Kartoffeln angereichert werden.

Der Knirps (Potimarron) kann mit der Schale verwendet werden. Es werden nur unschöne Stellen entfernt.