

Kürbis-Orangen-Suppe mit Zimt-Croûtons

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

30
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

400 g Hokkaidokürbis
3 Orangen
500 ml Gemüsebrühe
300 g Weißbrot
50 g Butter
1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)
1 Teelöffel Zimt
100 ml Sahne
1 Esslöffel Olivenöl
Salz, Pfeffer
1 Teelöffel Zimt

So lässt sich die Herbstzeit kulinarisch genießen - aus der cremigen Kürbissuppe löffelst du neben den fruchtigen Orangenfilets auch noch knusprige Croûtons mit Zimtnote.

- 1 -

Weißbrot erst in Scheiben, dann der Länge nach in Streifen und anschließend in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden.

- 2 -

In einer Pfanne Butter erhitzen und Brotwürfel ca. 5 Minuten rundherum goldbraun anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Zimt würzen. Aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

- 3 -

Hokkaidokürbis waschen, halbieren, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. Orangen mit einem scharfen Messer schälen, Filets herausschneiden.

- 4 -

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Kürbiswürfel und Ingwer ca. 5 Minuten anschwitzen. Mit Gemüsebrühe ablöschen und 20 Minuten köcheln lassen. Mit einem Pürierstab fein pürieren.

- 5 -

Sahne und Orangenfilets in die Kürbissuppe geben, auf Teller verteilen und zusammen mit den Croûtons servieren.