

Pikante Kürbissuppe

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

70
Min.

NIVEAU



Zutaten für 6 Portionen

1 kg Kürbis (zum Beispiel Hokkaido oder Butternut)
 500 g Süßkartoffeln
 2 Esslöffel geschmolzene Butter
 1 Teelöffel brauner Zucker
 1 Orange (Abrieb)
 1 kleine Zwiebel
 1 Chili
 1 Knoblauchzehe
 1 Teelöffel Ingwer (gehackt)
 2 Teelöffel Thymian
 1 Teelöffel Curry
 1 Zimtstange
 1 Lorbeerblatt
 1 1/2 l Hühnerbrühe
 50 ml Sahne
 50 ml Kokosmilch
 50 g Kürbiskerne (geröstet)
 Salz, Pfeffer

Nichts wärmt an regnerischen Herbsttagen so gut wie eine heiße, cremige Kürbissuppe. Chili und Ingwer verleihen dieser pikanten Variante eine feine Schärfe. Geröstete Kürbiskerne sorgen für ein wenig Crunch.

- 1 -

Backofen auf 180 °C vorheizen.

- 2 -

Kürbis und Süßkartoffeln schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Butter, braunem Zucker, Salz und Pfeffer vermengen.

- 3 -

Die Kürbis-Kartoffel-Mischung auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech gleichmäßig verteilen und im Ofen ca. 40 Minuten rösten.

- 4 -

In der Zwischenzeit Chili fein hacken. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln und bei mittlerer Hitze in einem großen Topf mit etwas Öl anschwitzen. Thymian, Orangenabrieb, Curry, Chili, Ingwer hinzufügen und unter Rühren anbraten. Mit Hühnerbrühe ablöschen.

- 5 -

Das Ofengemüse in den Topf geben und mit einem Stabmixer fein pürieren. Zimtstange und Lorbeerblatt hinzufügen und Suppe etwa 30 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen.

- 6 -

Zum Schluss Lorbeerblatt und Zimtstange herausfischen, Kokosmilch und Sahne unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kürbissuppe auf Schalen verteilen und mit gerösteten Kürbiskernen servieren.