

Heimatküche

Wärmendes Kürbis-Süppchen mit Ingwer und Curry



Rezept für 4 Personen

Die Zutatenliste

- 1 Hokkaido-Kürbis ca. 800 g
- 200 g Kartoffeln
- 1 Lauchstange
- 1 mittelgroße Karotte
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück frischer Ingwer ca. 4 cm
- 2 EL Butter oder Olivenöl
- ½ TL Currypulver
- ¼ Liter Gemüsebrühe
- ¼ Liter Milch
- 1TL Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer
- etwas Kürbiskernöl für das Topping

Die Zubereitung

1. Den Kürbis waschen, trocknen, Fasern und Kerne entfernen und würfeln
2. Die Kartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden
3. Die Karotte schälen, den Lauch putzen und ebenfalls würfeln
4. Die Zwiebel, die Knoblauchzehen und den Ingwer schälen und klein hacken
5. In einem großen Topf die Butter oder das Olivenöl heiß werden lassen und die gehackten Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer darin anschwitzen
6. Jetzt das Currypulver, die Karotte und den Lauch zufügen und mit braten
7. Jetzt den Kürbis und die Kartoffeln zufügen und einige Minuten alles zusammen andünsten
8. Jetzt die Brühe und die Milch zugeben, salzen und pfeffern, umrühren und mit Deckel ca. 20 Min. köcheln lassen
9. Wenn der Kürbis und die Kartoffeln weich sind, alles mit dem Mixstab pürieren
10. Bei Bedarf noch etwas Brühe zugeben, je nachdem wie sämig die Suppe sein soll
11. Den Zitronensaft unterrühren und mit einigen Tropfen Kürbiskernöl servieren

Guten Appetit