



Rheinland-Pfalz
isst besser



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR UMWELT,
ENERGIE, ERNÄHRUNG
UND FORSTEN

KÜRBISCREMESUPPE

4 Personen

Zutaten:

- 1 kleine Hokkaido-Kürbisse
- 3 Kartoffeln
- Lauch
- Kürbiskernöl
- Hafercuisine
- Gemüsebrühe
- Salz, Weißer Pfeffer, Ingwer
- Zwei mittelgroße Zwiebeln

So wird's gemacht:

Den Lauch in Ringe schneiden und in etwas Öl glasig schwitzen. Gewürze zugeben. Entkernten Hokkaido-Kürbis mit Schale und geschälte Kartoffeln in walnussgroße Stücke schneiden, zugeben und gut anbraten. Ingwer Schälen, sehr fein schneiden und zugeben. Mit Gemüsebrühe ablöschen und weich kochen. Sobald der Kürbis weich ist mit einem Mixer fein pürieren, auf die gewünschte Konsistenz einkochen und die Hafercuisine zugeben. Nochmals nach Geschmack mit den Gewürzen abschmecken. Vor dem Servieren ein wenig Kürbiskernöl auf die Suppe geben.