



Rheinland-Pfalz  
**ISST BESSER**



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR  
KLIMASCHUTZ, UMWELT,  
ENERGIE UND MOBILITÄT

# Kürbissuppe (für 4 Personen)

## Zutaten:

- 1 Hokkaido-Kürbis
- 1 Zwiebel
- 750 ml Gemüsebrühe
- etwas Ingwer
- Salz und Pfeffer
- Gewürze: Kümmel, Chili, Curry
- nach Belieben: Kokosmilch oder Hafercuisine

## So wird es gemacht:

1. Den Kürbis waschen, entkernen und in gleich große Stücke schneiden (etwa 2cm x 2cm).
2. Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und mit etwas Öl im Topf andünsten, dann den Kürbis hinzugeben.
3. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist.
4. Anschließend die Suppe pürieren.  
(Achtung: Dabei den Topf vom Herd nehmen!)
5. Nach Belieben mit geriebenem Ingwer und den anderen Gewürzen abschmecken.

