

{ Kürbissuppe }

Das brauchst du für 4 Personen:

- Einen mittelgroßen Hokkaidokürbis
- Eine Stange Lauch
- 2 Karotten
- Ein kleines Stück Knollensellerie
- 2 mittelgroße Kartoffeln
- Einen halben Bund Petersilie
- Eine rote Zwiebel
- Eine Zehe Knoblauch
- Ein Stück Ingwer (etwa daumengroß)
- Den Saft einer Limette
- 1l Gemüsefond
- ca. 0,5l Wasser
- etwas Öl zum Braten, z.B. Rapsöl
- 1EL Currypulver
- Salz, Pfeffer

- Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.
- Den Lauch in Ringe schneiden und waschen.
- Den Hokkaidokürbis grob abwaschen, Stiel und Strunk abschneiden (die Schale kannst du mitessen). Kürbis halbieren, Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in mundgerechte Stücke schneiden.
- Karotten, Sellerie und Kartoffeln schälen und ebenfalls in mundgerechte Stücke schneiden.
- Ingwer schälen und fein würfeln.
- Die Petersilie waschen und wenn nötig die trockenen Stielenden abschneiden.
- In einem großen Topf etwas Öl erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und ein paar Stücke von Kürbis, Karotte, Sellerie, Lauch und Kartoffel in den Topf geben und kurz anbraten, damit sich Röstaromen bilden.
- Mit Gemüsefond ablöschen.
- Die restlichen Stücke von Kürbis, Karotten, Sellerie, Lauch und Kartoffeln sowie Ingwer und Petersilie in den Topf geben.
- 1 EL Currypulver in den Topf geben.
- Damit die Suppe später die richtige Konsistenz hat, sollte etwa so viel Flüssigkeit im Topf sein, dass das Gemüse leicht mit Flüssigkeit bedeckt ist. Nun so viel Wasser auffüllen, bis dies der Fall ist.
- Den Deckel auf den Topf setzen und bei mittlerer Hitze etwa 20min köcheln lassen, ab und an umrühren.
- Wenn die 20min vorüber sind, testen ob die Gemüsestücke schön weich sind. Falls nicht, die Suppe noch etwas kochen lassen. Wenn alles gar ist, kann die Suppe püriert werden.
- Zum Schluss die Suppe mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken. Je nach Geschmack kannst du nun auch noch etwas mehr Curry hinzugeben.
- Fertig! Wenn du möchtest, kannst du deine Suppe beim Servieren noch mit gerösteten Kürbiskernen oder ein paar Tropfen Kürbiskernöl verfeinern.

