

Kürbiscremesuppe

Angaben für 4 Personen:

800g	Muskatkürbis oder Hokkaido
1Eßl.	Salz
40g	Rapskernöl
100g	gewürfelte Zwiebel
100g	gewürfelte Möhren und Sellerie
120g	gewürfelte Paprikaschoten
1Teel.	Curry
½ Teel.	Chili
1 Eßl.	Tomatenmark
200g	Kokosmilch
400g	Gemüsebrühe

200g Sahne (falls erwünscht)

Essig und Zucker nach Bedarf

Zubereitung:

Kürbis schälen, Samen entfernen, Fruchtfleisch in Würfeln schneiden.

In Rapsöl die Zwiebel, Möhren, Sellerie und Paprika anschwitzen,

Tomatenmark zugeben und anrösten, Curry und Chili zufügen.

Kokosmilch eingießen und mit dem Gemüse vermischen, Kürbiswürfeln zufügen, mit Gemüsebrühe auffüllen. Salzen.

Wenn das Gemüse weich ist und der Kürbis zerfällt, mit dem Pürierstab aufmixen, mit dem Zucker und Essig abschmecken.

Auf Wunsch mit Sahne verfeinern.

Als Dekoration eignet sich Kürbiskernöl und frischer Koriander besonders gut.