

Kürbissuppe mit „Kürbiskönig“

Vegetarisch



Bio-Feinschmecker Rezept von Konrad Geiger
Kürbissuppe mit „Kürbiskönig“

Zutaten für 4 Personen:

(Zeit: 30 Min. / Garzeit: 1 Std.)



500 g Hokkaidokürbis reif
2 EL Ghee (Butterschmalz)
1 Zwiebel gewürfelt
1 Knoblauchzehe gewürfelt
1 l Gemüsebrühe
250 ml Kokosmilch
2 EL „Kürbiskönig“
„Sizilianisches Steinsalz“ aus der Mühle

Kürbis waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und bei 170 °C im Backofen 45 Minuten lang rösten. Das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden. Ghee erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und 5 Minuten glasig dünsten. Kürbis dazugeben, mit anschwitzen und mit Brühe und Kokosmilch aufgießen. Ca. 15 Minuten köcheln lassen, fein pürieren, mit „Kürbiskönig“ und Steinsalz abschmecken.

Tipp: Dazu passen frisches Bauernbrot oder Grissini, selbst gebacken mit unserem Herbaria Brotgewürz. Alles zu finden auf unserer Rezeptseite im Internet.

