

Kürbissuppe

Zutaten:

- 1kg Kürbis
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 750ml Gemüsebrühe
- 200ml Sahne oder Kokosmilch
- 2EL Öl
- Gewürze
- Kürbiskerne



Zubereitung:

- Öl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten.
- Kürbiswürfel hinzugeben und kurz Gold braun mit anbraten.
- Gemüsebrühe angießen und alles etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist.
- Suppe pürieren, Sahne hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
- Nach Belieben mit gerösteten Kürbiskernen garnieren und servieren.