

Kürbiscremesuppe

Zutaten für 4 Personen

1 Kg Hokkaido- oder Muskatkürbis schälen und entkernen. Das Fruchtfleisch in grobe Würfel schneiden.

2 Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.

2 EL Butter in einem Topf zerlassen und die Zwiebeln darin andünsten. Die Kürbiswürfel dazugeben, 2 Minuten unter Rühren anbraten und mit

Salz, Pfeffer und 1 Prise geriebener Muskatnuss würzen.

1 l Hühnerbrühe angießen und die Kürbissuppe bei schwacher Hitze 30 Minuten köcheln lassen. Mit dem Stabmixer pürieren und

4 EL Crème fraîche unterrühren.

2 EL Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Die Suppe mit

2 EL Kürbiskernöl beträufeln und mit den Kürbiskernen bestreuen. Nach Belieben mit Petersilie oder Koriander garnieren.

Vorher:



Nachher:

