Rezept

Kürbiscremesuppe mit steirischem Kernöl und gerösteten Kürbiskernen

Ein Rezept von Kürbiscremesuppe mit steirischem Kernöl und gerösteten Kürbiskernen, am 29.04.2024

Zutaten

400 g	Hokkaido-Kürbis
2-3	Schalotten
2 EL	Rapsöl
30 g	Kürbiskerne
	Pfeffer
20 g	Ingwer
600 ml	Gemüsebrühe
100 g	Sahne
	Salz
3-4 EL	Kürbiskernöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Kürbis waschen, von Kernen und weichem Inneren befreien und würfeln. Ingwer und Schalotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Kürbis, Schalotten und Ingwer 3-4 Minuten in heißem Rapsöl anschwitzen. Mit Brühe und Sahne aufgießen und ca. 20 Minuten bei mittlerer Hitze zugedeckt kochen lassen.

2. In der Zwischenzeit Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Salzen und grob hacken. Kürbissuppe mit dem Mixstab fein pürieren und mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Heiße Suppe in tiefe Teller füllen. Mit Kürbiskernöl beträufeln und mit gehackten Kürbiskernen bestreuen.