

Rezept

Kartoffel-Kürbiscremesuppe

Ein Rezept von Kartoffel-Kürbiscremesuppe, am 09.06.2026

Zutaten

1 Kürbis (ca. 3,5 kg; Muskat- oder Hokkaidokürbis)	500 g mehligkochende Kartoffeln
1 Stück frischer Ingwer (ca. 2 cm)	2 Zwiebeln
1 1/2 l Gemüsebrühe	4 EL Olivenöl
4 cl Portwein (nach Belieben)	250 g Sahne
1/2 TL Currypulver	2 Orangen
Pfeffer	Salz
	Zucker

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 10 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 240 kcal

Zubereitung

1. Den Kürbis in Stücke schneiden, die Kerne und faserigen Teile entfernen. Das Fruchtfleisch erst aus der Schale, dann in kleine Stücke schneiden. Die Kartoffeln schälen und klein würfeln. Zwiebeln und Ingwer schälen, beides in kleine Würfel schneiden.
2. Das Öl in einem Topf nicht zu stark erhitzen und die Zwiebel- und Ingwerwürfel darin glasig dünsten. Die Kartoffel- und Kürbiswürfel dazugeben. Die Brühe dazugießen und aufkochen lassen. Sahne und eventuell Portwein unterrühren. Die Suppe bei schwacher Hitze ca. 20 Min. köcheln lassen, bis die Kartoffeln und der Kürbis weich sind.
3. Den Topf vom Herd nehmen und die Kürbissuppe mit dem Pürierstab pürieren. Die Orangen auspressen, den Saft zur Suppe geben und unterrühren. Mit Currypulver, Salz, Pfeffer und Zucker würzen.