

Rezept

# Kürbis-Kokos-Suppe

Ein Rezept von Kürbis-Kokos-Suppe, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>700 g</b> Hokkaido-Kürbis	<b>2</b> Schalotten
<b>40 g</b> frischer Ingwer	<b>1 kleine</b> rote Chilischote
<b>2-3 EL</b> Olivenöl	<b>1 EL</b> Currypulver
<b>1 l</b> Gemüsebrühe	<b>400 ml</b> Kokosmilch (aus der Dose)
<b>250 g</b> Ricotta	<b>2</b> Eigelb
<b>80 g</b> Kokoraspel	<b>40 g</b> Mehl
Salz	<b>1</b> Limette
Pfeffer	Korianderblätter (nach Belieben)
rosa Pfeffer zum Bestreuen	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4-6 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min  
| **Pro Portion** Ca. 380 kcal

## Zubereitung

1. Den Kürbis waschen, entkernen und samt Schale würfeln. Schalotten und Ingwer schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Chilischote längs halbieren, entkernen, waschen und in Streifen schneiden.
2. Das Öl in einem Topf erhitzen, Kürbis, Schalotten, Ingwer und Chili darin 2-3 Min. dünsten. Currypulver unterrühren und ca. 1 Min. mitdünsten. Brühe und Kokosmilch dazugießen und offen bei mittlerer Hitze ca. 25 Min. köcheln lassen.
3. Ricotta mit Eigelben, Kokoraspel und Mehl glatt rühren und salzen. Die Masse im Kühlschrank ca. 30 Min. quellen lassen. Den Saft der Limette auspressen. Die Suppe fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft würzen.
4. Aus der Ricottamasse mithilfe von zwei Esslöffeln Nocken formen und in siedendem Salzwasser ca. 10 Min. ziehen lassen. Die Nocken herausnehmen, in tiefe Teller geben und die Suppe darübergießen. Nach Belieben mit Korianderblättern und rosa Pfeffer bestreut servieren.