Rezept

Kürbissuppe klassisch

Ein Rezept von Kürbissuppe klassisch, am 03.07.2025

Zutaten

1	Zwiebel
650 g	Kürbis (geputzt gewogen)
50 ml	trockener Weißwein (ersatzweise Gemüsebrühe + 1 EL Zitronensaft)
1 Prise	Zimtpulver
	Salz
2 EL	Schmand
2 TL	Kürbiskernöl
120 g	Knollensellerie
1 EL	Butter
500 ml	Gemüsebrühe (Instant oder selbst gekocht)
	frisch geriebene Muskatnuss
1 TL	Zucker
	schwarzer Pfeffer
2 EL	Kürbiskerne

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Sellerie schälen, putzen und grob zerkleinern.

2. Das Kürbisstück putzen und schälen (Hokkaido nur waschen), dann in ca. 3 cm große Würfel schneiden.

3. Im Suppentopf die Butter erhitzen. Die Zwiebelwürfel darin bei mittlerer Hitze in ca. 3 Min. glasig anschwitzen. Die Sellerie- und Kürbisstücke sowie den Weißwein dazugeben und offen bei starker Hitze kochen, bis die Flüssigkeit fast vollständig verdampft ist.

4. Die Gemüsebrühe angießen, 1 Msp. frisch geriebene Muskatnuss, das Zimtpulver und den Zucker einrühren. Alles zugedeckt ca. 20 Min. köcheln lassen, bis die Kürbisstücke sehr weich gegart sind.

5. Die Suppe mit einem Pürierstab pürieren (Vorsicht, es kann spritzen!). Falls zu viel Flüssigkeit verkocht ist, mehr Brühe oder Wasser angießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann auf zwei tiefe Teller verteilen.

6. Beide Portionen mit je 1 EL Schmand verzieren und mit je 1 EL Kürbiskernen bestreuen. Je 1 TL Kürbiskernöl dekorativ darübertröpfeln und die Kürbissuppe sofort heiß servieren.