

Rezept

Schnelle Kürbis-Spinat-Suppe mit Klößchen

Ein Rezept von Schnelle Kürbis-Spinat-Suppe mit Klößchen, am 28.06.2026

Zutaten

1 Zwiebel	1 Hokkaidokürbis (ca. kg)
3 EL Olivenöl	3 frische feine Kalbsbratwürste (à ca. 150 g)
1 l Gemüsebrühe	150 g Babyspinat
1/2 Bund Basilikum	Salz
Pfeffer	frisch geriebene Muskatnuss
4 EL geriebener Parmesan	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 450 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Kürbis waschen und halbieren, Kerne und Fasern herauskratzen. Die Hälften erst in Spalten, dann in ca. 2 cm große Stücke schneiden.
2. In einem Topf 1 EL Öl erhitzen. Das Brät aus den Würstchen portionsweise direkt ins heiße Öl drücken, sodass kleine Klöße entstehen. Unter Wenden anbraten. Zwiebel und Kürbis dazugeben und kurz mitbraten. Die Brühe angießen, alles auf- kochen und bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. köcheln lassen.
3. Inzwischen den Spinat putzen und waschen. Das Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen, grob hacken und mit dem übrigen Öl mit dem Stabmixer fein pürieren. Das Basilikumöl mit Salz abschmecken.
4. Den Spinat zur Suppe geben und ca. 1 Min. mitgaren, bis er zusammengefallen ist. Die Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. In Schalen anrichten, mit etwas Basilikumöl beträufeln und mit etwas Parmesan bestreuen. Übriges Basilikumöl und restlichen Parmesan extra dazu servieren.