

Kürbiscremesuppe bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

1 kleine Kürbis, 1 kleine Zwiebel, 4 Esslöffel Butter, 500 ml Rinder- oder Gemüsebrühe, 1 Prise Salz, 1 Prise gemahlener Kümmel, 1 Prise weißer Pfeffer, 1 kleine Knoblauchzehe, 0,5 Bund Dill, 1 Esslöffel getrocknete Kürbiskerne, 125 ml Sahne, 1 Esslöffel Kürbiskernöl.

Die Vorbereitungen:

Den Kürbis (rund 700 Gramm) vierteln, schälen und die Kerne mit einem Löffel herauschaben, das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln, den Knoblauch schälen und fein hacken. Dill waschen und fein hacken.

Die Zubereitung:

In einem Topf die Hälfte der Butter erhitzen und die Zwiebelwürfel glasig dünsten, Kürbiswürfel zugeben und kurz mitdünsten. Mit der Brühe aufgießen und mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und den gehackten Knoblauch zugeben. Alles rund 15 Minuten köcheln, bis der Kürbis weich wird. Den Rest Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kürbiskerne anrösten und etwas salzen. Die Sahne zur Suppe geben und mit einem Pürierstab pürieren. In eine große Schüssel füllen, mit dem Kernöl beträufeln und mit den gerösteten Kernen und dem gehackten Dill bestreuen.

Guten Appetit!