



Scharfe Kürbissuppe

Zutaten:

1 kg Kürbisfleisch (z. B. Hokkaido), ca. 450 g mehligkochende Kartoffeln (3-4 Stück), 1 große Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Stück frischer Ingwer (ca. 2 cm), 2 rote getrocknete Chilischoten, 1 l Gemüsebrühe, Öl, Salz, Pfeffer, 2 TL gem. Koriander, 1 TL Kurkuma, etwas Cayennepfeffer, etwas Zitrone, 1 Becher Schmand, 50 g gehackte Mandeln.

Zubereitung:

Kürbis säubern (schälen und die Kerne entfernen), Kartoffeln schälen und beides in Würfel schneiden.

Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln. Chilischoten entstielen, leicht zerdrücken und die Kerne entfernen.

Zwiebel und Knoblauch im Öl glasig dünsten. Ingwer, Chilischoten, Kürbis- und Kartoffelwürfel hinzugeben und ca. 2 Min. unter Rühren mitdünsten. Koriander und Kurkuma dazugeben und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Anschließend ca. 15 -20 Minuten köcheln lassen.

Mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken und ggf. mit dem Pürierstab glatt pürieren. Mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft kräftig abschmecken. 1 Becher Schmand unterheben.

Vor dem Servieren angeröstete Mandeln über die Suppe geben.

Tipp: der Hokkaido-Kürbis kann mit Schale verwendet werden.

Gutes Gelingen wünscht Ihr Kürbismeister-Team