

Oktober: Kürbissuppe

Leckere Kürbissuppe mit Curry, Ingwer und Kokosmilch serviert mit Käsecrumble



DAS BRAUCHEN SIE:

Zutaten für die Suppe

Für 4 Personen als Vorspeise benötigen Sie:

- 1 kleinen Hokkaido-Kürbis
- 3 - 5 Karotten
- 1/2 orangene Paprika
- 1 große Zwiebel
- 3 Zehen Knoblauch
- 1 Stück Ingwer
- 1/2 Orange
- 1,5 Liter Gemüsebrühe
- 250 ml Kokosmilch
- Gewürze: Curry, Zucker, Salz, Pfeffer, Muskat

Zutaten für das Crumble

Für 4 Personen als Suppeneinlage benötigen Sie:

- 2 trockene Brötchen
- 300 Gramm geriebenen Käse
- Kürbiskernöl
- Kürbiskerne

UND SO GEHT'S:

1. SCHRITT

Schnippeln

Waschen beziehungsweise schälen und putzen Sie das Gemüse und schneiden Sie es anschließend in Stückchen. Den Hokkaido-Kürbis müssen Sie nicht schälen. Diese Kürbissorte kann mit Schale verarbeitet werden.

2. SCHRITT

Anbraten

Braten Sie das Gemüse kurz mit etwas Pflanzenöl an. Geben Sie etwas Zucker zum Anbraten hinzu, damit das Gemüse leicht karamellisiert.

3. SCHRITT

Ablöschen und Suppe köcheln lassen

Löschen Sie das angebratene Gemüse mit dem Saft der halben Orange und der Gemüsebrühe ab, geben Sie nach Belieben Curry-Pulver hinzu und lassen Sie die Suppe anschließend ca. 30 Minuten köcheln, bis das Gemüse weich ist. Rühren Sie die Suppe gelegentlich um.

4. SCHRITT

Käsecrumble

Solange die Suppe köchelt, können Sie das Käsecrumble zubereiten. Schneiden Sie hierfür die trockenen Brötchen in Stückchen und legen Sie die Stücke auf einem Blech mit Backpapier aus. Bestreuen Sie die geschnittenen Brötchen mit dem geriebenen Käse. Anschließend beträufeln Sie das Crumble noch mit etwas Kürbiskernöl und streuen Kürbiskerne darüber.

Backen Sie das Crumble im vorgeheizten Backofen bei 160° für ca. 10 Minuten, bis der Käse zerlaufen ist.

5. SCHRITT

Pürieren und Kokosmilch hinzugeben

Pürieren Sie die Suppe und geben Sie die Kokosmilch hinzu. Lassen Sie die pürierte Suppe noch ca. 5 Minuten köcheln und schmecken Sie die Suppe nach Ihrem Geschmack mit Salz, Pfeffer und Muskat ab.

6. SCHRITT

Anrichten

Richten Sie die Suppe zusammen mit einem Stück Käsecrumble in einem tiefen Teller an. Etwas Kürbiskernöl verstärkt den Kürbisgeschmack und peppt den Teller optisch auf.