



DIE EINHORNERIN KOCHT

Kürbis-Apfel-Suppe mit Currykraut

Der Apfel gibt der Suppe eine süß-fruchtige Note, und das Beste: Ich kaufe ihn ganz regional auf dem Waginger Bauernmarkt. Das i-Tüpfelchen sind Kürbiskerne aus der Steiermark, Currykraut aus dem Hochbeet und regionale Sahne.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten

Kochzeit ca. 30 Minuten

Zutaten für 2-4 Personen

Kürbis-Apfel-Suppe

- * 1 Hokkaido-Kürbis (ca. 1 kg)
- * 100-150 g Karotten
- * 1 Apfel
- * etwas Butter
- * 1-2 EL Honig
- * Curry
- * Kurkuma
- * Kardamom
- * 100 g Kürbiskerne
- * 1 Schuss Sahne
- * frisches Currykraut

Zubereitung

1. Kürbis und Karotten putzen, in Würfel schneiden. Apfel vom Kerngehäuse befreien (Schale dranlassen), ebenfalls würfeln.
2. Etwas Butter in einem großen Topf schmelzen. Gemüse und Apfel dazugeben, dann etwas anbraten. Mit Wasser aufgießen, so dass alles gut bedeckt ist.
3. Etwa 30 Min. garkochen. Dann etwas abkühlen lassen, und mit dem Zauberstab pürieren. Wieder erwärmen, und mit Honig, Curry, Kurkuma, Kardamom abschmecken.
4. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten.
5. Suppe in Schüsseln geben, einen Schuss Sahne dazu und mit frischem Currykraut dekorieren. Oder auch Parmaschinken anrösten, und ebenfalls in die Suppe geben. Auch Nordseekrabben schmecken als Einlage.

Dazu passt

Pfeffer- oder auch Olivenbaguette.

An Guadn!