



## "Kürbiscremesuppe" Food-Buddy's Eigenkreation



### Zutaten ca. 1 Liter Suppe

- 1/2 Hokkaido Kürbis
- 1 kleiner Lauch
- 1 Liter Gemüsebouillon
- 2 Knoblauchzehen
- 1 mittelgrosse Zwiebel
- 8g frischen Ingwer
- 1 EL flüssiger Honig
- 1 TL Currypulver
- Olivenöl
- 40-50g Kürbiskernen
- 2dl Vollrahm / Schlagrahm
- Steyrisches Kürbiskernöl
- 4 kleine Kürbisse für die Suppe

### Zubereitung:

Den Hokkaidokürbis in kleine Stücke schneiden samt Schale. Zwiebel, Knoblauch und den Lauch klein schneiden. Den Ingwer mit einer Reibe verreiben. Eine hohe Pfanne oder Topf nehmen, 3-4 EL Olivenöl und alles kleingehackte Gemüse in die Pfanne geben. Den Honig dazu geben und schön glasig andünsten, Currypulver dazugeben und mit der Gemüsebouillon ablöschen. Jetzt alles ca. 25-30 Minuten leicht köcheln lassen. Immer wieder mal etwas umrühren. In der Zwischenzeit den Schlagrahm steif schlagen und kühl stellen. Dann die kleinen Kürbisse zubereiten. Dazu den Deckel abschneiden und das Fruchtfleisch mit einem Löffel auslösen, bis Innen alles schön glatt ist. Falls der Kürbis nicht schön gerade stehen sollte, kann man unten am Boden auch etwas wegschneiden und anpassen. Kein Problem. Die Kürbiskernen in einer kleinen Bratpfanne leicht anrösten ( Deko ).

Nach ca. 25-30 Minuten die Suppe vom Herd nehmen und alles fein pürieren. Die Suppe in die kleinen Kürbisse geben oder in einen Suppenteller. Etwas Schlagrahm auf die Suppe geben ( kann man auch mit einem Spritzsack machen ), Mit Blätter und Blüten ausdekorieren. Die gerösteten Kürbiskernen dazugeben. Die Pipette mit Kürbiskernöl aufziehen, oder die Flasche einfach dazu stellen. Fertig!

Wir hoffen die Suppe schmeckt dir. Eine wunderbare Vorspeise die wahnsinnig toll schmeckt und ein echter Blickfang ist. Und natürlich ein saisonales Herbstgericht. Viel Spass beim nachkochen :-)

### Eure Food-Buddy's

**Tipp:** Falls du kleine Kürbisse nimmst als Schüssel für die Suppe, kannst du diese danach auswaschen, ein Gesicht schnitzen und ein Teelicht hineinstellen. Schon hast du was kleines für Halloween :-). Auch supercool für die Kids..