

KÜRBISSUPPE

Zutaten:

- 1 kg Kürbis (Neapel- oder Hokkaidokürbis)
- 1 Stk. Zwiebel
- 400 ml Kokosmilch
- 750 ml Wasser
- 1 TL Salz
- Pfeffer
- Knoblauch
- Suppenwürze



Zubereitung:

Den Kürbis aufschneiden, entkernen und schälen. Das Kürbisfleisch und die Zwiebel würfeln und in einem Topf mit Kokosmilch und Wasser zum Kochen bringen - ca. 20 Min. köcheln lassen - bis der Kürbis weich ist. Suppe vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen. Dann die Suppe mit dem Mixstab pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In Tellern portionieren und mit Petersilie oder 2-3 Tropfen Kürbiskernöl garnieren.