

# Kürbissuppe

Ich liebe Kürbissuppe, sie ist mein absoluter Favorit in Herbst und Winter! Am liebsten mache ich sie mit indischen Gewürzen, das wärmt nochmal richtig.

## Die Zutaten reichen für 4-6 Portionen:

Hokaido-Kürbis (ca 800 g)  
2 mittelgroße Karotten  
1-2 Scheiben Ingwer  
Ca 1 l Gemüsebrühe  
1 TL Salz  
1/2 TL Kardamom  
1/2 TL Kurkuma  
1 TL Paprikapulver  
1 TL gem. Koriander  
1 TL gem. Kreuzkümmel  
50 ml Sahne

Den Kürbis waschen, die Kerne entfernen und in kleine Stücke schneiden. Karotten ebenfalls in Scheiben schneiden.

In einem Topf ein Stück Butter erhitzen und die Gewürze kurz andünsten. Dann Ingwer, den Kürbis und die Karotten dazu und ebenfalls andünsten bis es anfängt gut zu riechen. Jetzt salzen und mit ca 1 l Gemüsebrühe ablöschen, so dass das Gemüse gut bedeckt ist und ca 15 min köcheln lassen. Zwischendrin Wasser nachgießen falls Bedarf ist. Ist das Gemüse weich dann einen Schuss Sahne dazu und das ganze pürieren.

Abschmecken und schon ist die Suppe fertig. Unbedingt mit **Kürbiskernöl** servieren.

**Die Karotten können auch durch Lauch, Süsskartoffel oder Kartoffeln ersetzt oder erweitert werden.**

