

# Möhren-Ingwer-Suppe mit Kürbiskern-Blätterteig-Zopf

**Für zwei Personen**

**Für die Suppe:**

250 g Karotten	15 g Ingwer	1 Stange Staudensellerie
1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel	1 Zitrone
375 ml Gemüsefond	1 EL Crème-fraîche	2 EL Kürbiskerne
1 EL Honig	3 EL Butter	1 EL Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

**Für den Blätterteig-Zopf:**

250 g Blätterteig	20 ml Kürbiskernöl	$\frac{1}{2}$ TL Kürbiskerne
-------------------	--------------------	------------------------------

**Für die Suppe:**

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und von beiden die Hälfte würfeln. Beides in Öl und einem EL Butter glasig andünsten.

Den Ingwer schälen und in feine Scheiben schneiden. Den Staudensellerie der Länge nach aufschneiden und gut auswaschen. Die Karotten putzen und schälen. Die Hälfte des Staudensellerie und die Karotten in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Ingwer und einem weiteren Esslöffel Butter in die Zwiebel-Knoblauch-Mischung geben, danach kurz andünsten. Mit dem Gemüsefond ablöschen, mit Salz abschmecken und bei geschlossenem Deckel ca. zwölf Minuten köcheln lassen.

Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze anrösten. Die Zitrone halbieren und auspressen. Crème fraîche, Honig und die restliche Butter mit Zitronenzesten in die Suppe geben.

Anschließend die Suppe mit dem Stabmixer pürieren. Kürbiskerne hineingeben. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

**Für den Blätterteig-Zopf:**

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Aus dem Blätterteig drei schmale Streifen schneiden und mit Kürbiskernöl einpinseln. Kürbiskerne in den Teig andrücken. Einen Zopf flechten und für 12 Minuten bei 200 Grad im Ofen backen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sabine Wüster am 11. September 2018