

# Kürbis-Suppe

## Für 2 Personen

1 Muskatkürbis (ca. 800g)	2 EL Butter	2 Schalotten
200 ml Gemüsebrühe	150 ml Sahne	Zitronensaft frisch
1 Prise Muskatnuss	Salz, Pfeffer	2 EL getrocknete Kürbiskerne
1 EL Sonnenblumenöl	Kürbiskernöl	

Vom Kürbis einen Deckel abschneiden, so dass man das Innere vorsichtig aushöhlen kann. Aushöhlen und Kerne und das weiche, faserige Innere sorgfältig entfernen. Das gelbe Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Die Kürbishülle und den Deckel warm stellen. Die Butter in einem Topf zerlaufen lassen. Die Schalotten schälen und würfeln. Schalottenwürfel und den Kürbis in der Butter anschwitzen. Die Brühe aufgießen und die Suppe gut 10 Minuten bei geschlossenem Deckel kochen lassen bis der Kürbis weich ist. Den Kürbis mit einem Stabmixer fein pürieren. Abseihen durch ein Sieb um eventuell restliche Fasern abzufiltern. 50 g Sahne steif schlagen. Die restliche Sahne zur Suppe geben, aufkochen lassen und nochmals mixen. Mit Zitronensaft, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kürbiskerne in dem Öl goldbraun anrösten und auf einem Tuch abtropfen lassen. Die Suppe anrichten und mit einem Löffel geschlagener Sahne garnieren. Mit den gerösteten Kürbiskernen bestreuen und mit etwas Kürbiskernöl verzieren. Dazu passt Weißbrot.

Otto Koch Freitag, 02. Oktober 2009