

Kürbis-Linsen-Suppe

Für 2 Portionen

250 g Butternuss-Kürbis	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
20 g Butter	50 ml Weißwein	600 ml Gemüsebrühe
100 g gelbe Linsen	250 ml Sahne	Salz, Pfeffer, Chili
1 Zitrone	1 EL Sesamöl	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander

Den Kürbis schälen, entkernen und klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen und ebenfalls klein würfeln. Alles in einem Topf in Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, 500 ml Gemüsebrühe auffüllen und weichkochen. Die Linsen in der restlichen Gemüsebrühe etwa acht Minuten bissfest garen, abgießen und abtropfen lassen. Die Zitrone auspressen. Sahne zum Kürbis geben und weitere fünf Minuten kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Chili abschmecken und fein pürieren. Mit Zitronensaft verfeinern. Die Linsen in einer Pfanne im heißen Sesamöl anbraten, Koriander grob hacken und zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe in tiefe Teller verteilen und die Linsen darüber streuen.

Steffen Henssler am 08. Oktober 2012