

# Kürbissuppe

---

## Zutaten für 4 Personen

1 EL	Öl oder Ghee (Butterschmalz)
2	Zwiebeln
2-3	Karotten
500g	Kürbis ( Hokkaido, Muskat oder Butternuss)
1 L	Gemüsebrühe
250ml	Schlag
	Salz, Pfeffer, Muskat, Kürbiskernöl Kürbiskerne

## Zubereitung

Die Zwiebeln schälen und in grobe Stücke schneiden. Karotten waschen und ebenfalls klein schneiden. Den Kürbis von den Kernen und der Schale befreien und in Würfel schneiden. (Beim Hokkaido kann man die Schale dran lassen).

Kürbiskerne ohne Öl in einer Pfanne anrösten. Zwiebeln und Karotten in Öl anschwitzen und dann den Kürbis dazu geben. Das Ganze mit Gemüsebrühe aufgießen und weich kochen lassen. Wenn das Gemüse weich ist kann man die Suppe pürieren. Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskat und mit Schlagobers verfeinern.

Zum Servieren Kürbiskernöl und Kürbiskerne über die Suppe geben.