

Kürbissuppe mit Kokosmilch



© Photo: Teutoburger Ölmühle

Wissenswertes

Arbeitszeit:	40 Minuten
Vorbereitung:	20 Minuten
Zubereitung:	20 Minuten
Schwierigkeit:	Einfach

Zutaten für 4 Portionen

750 g	Hokkaidokürbis
1	Zwiebel (klein)
1	Knoblauchzehe
4 EL	Rapskernöl
60 g	Kokosflocke
0.2 l	Sahne
0.6 l	Gemüsebrühe (konzentriert)
	Salz
	Ingwer (frisch, gerieben)
	Curry
1 TL	Zucker
100 g	Sahne
	Petersilie

Zubereitung

1. Kürbis gut waschen und in Spalten schneiden, Kerne und grobe Fasern herauslösen, den Stielansatz entfernen. Kürbisfleisch mit der Schale grob würfeln, Zwiebel schälen und fein hacken, die Knoblauchzehe abziehen und durch eine Knoblauchpresse drücken. In heißem Raps-Kernöl 10 Minuten andünsten.
2. Kokosflocken und Gemüsebrühe zugeben und alles mit dem Rührstab fein pürieren. Mit Sahne aufgießen und mit Salz, Ingwer, Curry und Zucker würzen, weitere 10 Minuten köcheln lassen. Anschließend nochmals nachwürzen.
3. Mit einem Klecks cremig gerührter Sahne und gezupften Petersilienblättchen servieren.