



Kürbis-Kartoffel-Suppe

Für 4 Personen

2 Scheiben Toast	entrinden und in einer beschichteten Pfanne in knusprig braten, auf Küchenpapier abfetten und zur Seite stellen.
1 EL Öl	
200 g Lauch	putzen, waschen, längs halbieren und in feine Streifen schneiden.
250 g Kartoffeln	(mehligkochend) waschen, schälen und in Würfel schneiden.
800 g Kürbisfleisch	in Würfel schneiden (siehe Tipp).
3 EL Sonnenblumenöl	in einem Topf erhitzen. Die Kartoffelwürfel darin 5 min andünsten, dann den Kürbis zufügen. Kurz mitdünsten, mit
$\frac{3}{4}$ l Gemüsefond	auffüllen und aufkochen. Nach weiteren 5 min den Lauch einarbeiten. Mit
1 Msp. Kreuzkümmel	(gemahlen) und
1 TL Koriander	(gemahlen) würzen.
	Sobald das Gemüse weichgekocht ist, die Suppe mit einem Mixstab fein pürieren. Wenn die Suppe zu dick ist, mit Gemüsefond verdünnen.
100 ml Sahne	zufügen und verrühren. Mit
Salz + Pfeffer	und
1 EL Balsamico weiß	abschmecken.

Auf warme Teller schöpfen und mit den Brotwürfeln servieren.

Variation 1: 4 Scheiben Bacon im Backofen trocknen, dann etwas abgekühlt auf die warme Suppe zerbröseln.

Variation 2: Feta-Käse zerkleinern und auf die warme Suppe geben.

Variation 3: Parmesan mit getrocknetem Thymian oder Rosmarin mischen, auf ein Backpapier kleine Fächer streichen und im Backofen schmelzen lassen. Abgekühlt in kleinen Stücken zur Suppe hinzufügen.

Tipp:

Einen Kürbis in Stücke zu schneiden ist nicht ganz ungefährlich, da das Messer gerne an der harten Schale abrutscht. Abhilfe schafft da, wenn man den Kürbis in einem größeren Topf zusammen mit dem Inhalt eines Glases Wasser etwa 10–15 min bei geschlossenem Deckel angart. Danach abkühlen lassen und dann mühelos in Stücke schneiden.