

Kürbis-Karotten-Suppe



BRAMBOR
PELEGEDIENSTLEISTUNGEN

Kürbis-Karotten-Suppe

Rezeptkarte

Du brauchst:

Zutaten für 2-3 Portionen:

- ☆ 1 mittelgroßer Hokkaido-Kürbis
- ☆ 4 große Möhren
- ☆ 2 Kartoffeln
- ☆ 1 Zwiebel
- ☆ 1 Liter Gemüsebrühe
- ☆ 3 Becher Creme Fraiche
- ☆ etwas Öl
- ☆ Toast oder Bratscheiben
- ☆ Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer
- ☆ *für den Frischekick und die Optik:*
frische Petersilie

Niveau: Einfach und schnell
Arbeitszeit: ca. 30 Minuten
Ergebnis: Herbstlich & köstlich

Beilagenempfehlung:

warm geröstete Croutons
Wiener Würstchen

Hilfsmittel:

- ☆ großer Kochtopf
- ☆ Passierstab
- ☆ Schneebesen
- ☆ Kochlöffel
- ☆ Schneidbrett
- ☆ Küchenmesser
- ☆ Gemüsehobel
- ☆ Schürze



Kürbis-Karotten-Suppe

Rezeptkarte

Zubereitung

-  Gemüse putzen, gründlich waschen und trocken tupfen
-  Kürbis mit einem großen Messer vorsichtig halbieren, mit einem Esslöffel die Kerne entfernen und in kleine Stücke schneiden
-  Möhren und Zwiebeln schälen und ebenfalls in Stücke schneiden
-  Kurz die Zwiebel im Kochtopf mit etwas Öl glasig andünsten
-  Karotten, Kartoffeln und Kürbis zu den Zwiebeln geben, sodass diese ein leichtes Röstaroma abgeben
-  Gemüsebrühe hinzugießen und alles 25 min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist
-  Topf vom Herd nehmen, Creme Fraiche hinzugeben und alles solange pürieren bis eine cremige Suppe entsteht. Mit Gewürzen abschmecken.
-  In der Zwischenzeit in einer beschichteten Pfanne kleine Brotwürfel anrösten und die Wiener Würstchen in einem extra Topf erwärmen
-  Servieren der Suppe mit Wiener Würstchen und warmen Croutons, sowie frisch gehackter Petersilie toppen.

**Viel Spaß beim Ausprobieren.
Guten Appetit!**