

# Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

## Schaumsüppchen vom Hokkaido-Kürbis mit gerösteten Kürbiskernen

**Zutaten:** 2 große Zwiebeln, 1 mittel großer Hokkaido-Kürbis,  $\frac{1}{4}$  Stück Butter, ca. 1 - 1,5 Liter Gemüsebrühe, 300 - 400 ml Schlagsahne, Meersalz, weißer Pfeffer, 6 EL Kürbiskernen

**Zubereitung:** Die Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Den Hokkaido waschen und entkernen. Anschließend den Kürbis mit der Schale grob würfeln. Die Zwiebeln in einem Topf mit Butter kurz anschwitzen, den Kürbis hinzugeben und mit der Brühe aufgießen, sodass er bedeckt ist. Den Kürbis weich kochen und anschließend die Sahne hinzugeben. Alles im Mixer pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kürbiskerne in eine Pfanne geben und bei stärkerer Hitze kurz ohne Öl anrösten (nicht zu lange, da sie sonst bitter werden).

Guten Appetit wünscht ihr **Gemüsebringt's**-Team  
[www.gemuese-bringts.com](http://www.gemuese-bringts.com)