

Kürbissuppe mit Kokosmilch



Bildquelle: <https://www.gaumenfreundin.de/kuerbissuppe-mit-kokosmilch/>

Zutaten (4 Personen)

- 3 EL Erdnussöl
- 2 Knoblauchzehen, grob gehackt
- 2 rote Chilis, entkernt und grob gehackt
- 1 TL Kreuzkümmel
- 450 g Kürbis (z. B. Hokkaido)
- 1 TL brauner Zucker
- 450 ml Gemüsebrühe
- 1 Dose Kokosmilch (ca. 400ml)
- 1-2 EL Zitronen- oder Limonensaft
- Salz, Pfeffer
- Koriander grob gehackt, zum garnieren

Zubereitung:

Öl in einem Topf erhitzen. Knoblauch, Chili und Kreuzkümmel dazu und ca. 2 Minuten andünsten. Nun kommen Kürbis, Zucker, Gemüsebrühe und die Kokosmilch hinzu. Die Suppe bei geringer Hitze zehn Minuten kochen lassen. Alles mit einem Stabmixer pürieren und mit Salz und Pfeffer, sowie mit dem Zitronen- oder Limonensaft abschmecken. Mit dem Koriander (Petersilie geht auch) garnieren und servieren.

Quelle: *Johann Ernst (Solawi-Mitglied)*