

Kürbis - Apfel - Suppe

Zutaten für 4 Portionen:

½ kg Kürbisfleisch
½ kg Äpfel, eine süße Sorte
1 Liter Gemüsebrühe
1 große Zwiebel(n)
Öl für die Pfanne
1 TL Muskat
Öl, Kürbiskernöl
70 ml Sahne
Sojasauce
Salz und Pfeffer



Zubereitung:

In einem großen Topf die gehackte Zwiebel etwas anschwitzen.

Dann den Kürbis und die Äpfel in pürierbaren Stücken hinzugeben, mit der Gemüsebrühe aufgießen und ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Wenn der Kürbis weich ist, alles fein pürieren und würzen mit Muskat, etwas Sojasauce und Kürbiskernöl. Salz und Pfeffer.

Sahne zugießen, gut umrühren und noch einmal abschmecken.

