

KÜRBISSUPPE MIT PESTO

Kategorie: SUPPEN



Zutaten für 1 Portion:

- 175 g Kürbis
- 1 Stück Apfel
- 0.5 Stück Zwiebel
- 1.5 Esslöffel Olivenöl
- 300 ml Gemüsebrühe
- 1 Esslöffel Schmand
- 0.5 Esslöffel Sahne
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Teelöffel Honig
- 0.5 Bund Koriander
- 15 g Kürbiskern
- 0.5 Bund Petersilie
- 60 ml Kürbiskernöl
- 30 g Pecorino (Schaf)
- 1 Prise Salz

ZUBEREITUNG:

Den Kürbis entkernen und in grobe Stücke zerteilen. Die Schale des Hokkaido-Kürbisses muss nicht entfernt werden. Äpfel und Zwiebeln schälen und würfeln.

Die Zwiebelwürfel in einem Topf andünsten. Kürbis- und Apfelstücke hinzugeben, kurz anrösten, dann mit der Gemüsebrühe übergießen und für 20 Minuten köcheln lassen.

Den Parmesan reiben und mit den Kürbiskernen, der Petersilie und dem Öl im Mixer zu Pesto verarbeiten. Mit Salz abschmecken.

Die Suppe im Topf pürieren, mit frisch gehacktem Koriander, Salz, Pfeffer und etwas Honig abschmecken. Zum Schluss Schmand und Sahne unterrühren und die Suppe mit dem Pesto garniert servieren.