

Hier findest du das Rezept für unsere Kürbissuppe aus dem Kochkurs „[Heimatliebe](#)“

Kürbissuppe

Zutaten:

1 Hokkaido Kürbis

2 Karotten

2-3 Zwiebeln

1 Stange Lauch

2 Zehen Knoblauch

200 ml Weißwein

ÖL

Salz

Pfeffer

Zucker

Muskat

Zimt

500 ml Wasser

500g Sahne

2 Orangen, Saft und Abrieb

Zum Garnieren:

Kürbiskerne

Kürbiskernöl

Zubereitung:

Zwiebeln, Karotten und Knoblauch schälen und in etwa Walnuss große Stücke schneiden. Kürbis und Lauch ebenfalls würfeln. In einem großen Topf etwas Öl erhitzen, das Gemüse darin leicht anschwitzen, hierbei schon salzen und Zuckern. Mit Weißwein ablöschen und etwa 5 Minuten köcheln lassen, Anschließend die Restlichen Zutaten hinzugeben und weiter köcheln, bis alles weich ist.

Nun alles ordentlich pürieren und gegebenenfalls nochmal nachschmecken.