

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.