

Butternut-Kürbissuppe

mit feiner Rooibosnote



Rezept für 4 Personen

1 kg Butternut-Kürbis,
geschält und gewürfelt

300 g Süßkartoffeln,
geschält und gewürfelt

1 grünen Apfel,
geschält und gewürfelt

1 l starker Rooibostee
(3 – 4 Beutel)

1 TL Currypulver

1/4 TL Kreuzkümmel, gemahlen

1 Prise Zucker

1 Prise Salz

90 ml Naturjoghurt

1 Zitrone, unbehandelt

60 ml Koriandergrün, gehackt

Quelle: chefkoch.de

1 Kürbis-, Süßkartoffel- und Apfelwürfel mit Rooibostee, Currypulver, Zucker und Salz in einen großen Kochtopf geben. Alles gar kochen, pürieren und warmhalten.

2 Joghurt, geriebene Zitronenschale, Zitronensaft sowie den gemahlene Kreuzkümmel unterheben. Alles gut miteinander verrühren.

3 Zum Servieren die Suppe in Schüsseln füllen und mit einem Klecks Joghurt und den Korianderblättern garnieren.

Tipp: Wer es thailändisch mag, nimmt Kokosmilch anstelle des Naturjoghurts und rundet die Suppe geschmacklich mit etwas Fischfond und Sesamöl ab. Alternativ zum Butternut kann auch ein Hokkaido verwendet werden.



wünscht

Ostfrieslands ältestes privates
TEEHANDELSHAUS

