

# Susanne Nett: Kürbis-Suppe mit karamellisiertem Ingwer und Zimt

---

 [happy-mahlzeit.com/2021/08/18/susanne-nett-kuerbis-suppe-mit-karamellisiertem-ingwer-und-zimt](https://happy-mahlzeit.com/2021/08/18/susanne-nett-kuerbis-suppe-mit-karamellisiertem-ingwer-und-zimt)

## Zutaten für 4 Personen:

- 1 mittelgroßer Hokkaido, ca. 1 kg
- 1 Schalotte
- 1 große Kartoffel mehligkochend
- 1 EL Rapsöl
- 1,5 Liter Gemüsebrühe
- 1 Lorbeerblatt
- 200 g Sahne
- 3 EL Kürbiskerne
- 1 Stück Ingwer, ca. 30 g
- 2 EL Orangensaft
- 1 – 2 EL Kürbiskernöl
- 3 EL brauner Zucker
- etwas Zimt
- Salz
- Cayennepfeffer

## Zubereitung:

Den Kürbis waschen, das Kerngehäuse entfernen und den Kürbis in mittelgroße Stücke schneiden (Schale bleibt dran). Die Schalotte schälen und in Ringe schneiden. Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Öl erhitzen. Schalotten darin glasig anschwitzen. Kürbis sowie Kartoffel dazugeben und mit Brühe ablöschen. Das Lorbeerblatt zufügen. Mit Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer würzen und alles a. 20 Minuten köcheln lassen.

Den weichen Kürbis mit dem Pürierstab gut durchmischen. Alternativ mit einer „Flotte Lotte“ passieren und dann durch ein Sieb geben. Sahne zufügen und kurz erhitzen.

Kürbiskerne in einer Pfanne anrösten, leicht salzen, herausnehmen und beiseite stellen.

Den Ingwer schälen und in feine Würfel schneiden. Zucker karamellisieren lassen, den Ingwer unterrühren, mit etwas Orangensaft ablöschen und einkochen, bis die Masse leicht sirupartig ist.

Die Suppe nochmals kurz durchmischen. Mit Kürbiskernen, Öl, Ingwer und etwas Zimt anrichten.

Rezept: Susanne Nett

Quelle: echt gut! Klink & Nett vom 26. November 2015

Episode: Herbst-Küche