

Kürbissuppe mit einem Kleinen Knirps, Kartoffeln und Karotten Rezept - Herbstzeit ist Suppenzeit

Zubereitung	Kochen	Schwierigkeitsgrad	Menge
15 Minuten	30 Minuten	Einfach	2 Portionen

Zutaten und Zubereitung

Menge	Bezeichnung
1 Stück	Kleiner Knirps
1 Stück	Zwiebel
2 Stück	Kartoffeln
2 Stück	Karotten
50 g	Butter
0.5 l	Gemüsebouillon
	Crème fraîche
	Kürbiskerne

1. Die Zwiebel fein schneiden und mit der Butter in einer Pfanne andünsten, bis sie ganz leicht bräunlich wird.
2. Den Kleinen Knirps entkernen und das Fleisch mit einem Löffel aus dem Kürbis kratzen. Die Kartoffeln und Karotten in grobe Stücke schneiden.
3. Die Bouillon in die Pfanne geben und zum kochen bringen. Kürbis, Kartoffeln und Karotten begeben.
4. Mit Salz und Pfeffer würzen und leicht köcheln, bis das Gemüse zart ist. Mit einem Pürierstab zur Suppe verarbeiten. Ist die Suppe zu sämig, kann noch mehr Bouillon hinzugegeben werden.
5. Die Suppe mit etwas Crème fraîche (je nach Geschmack) und Kürbiskernen servieren.

Kalorien	Fett	Kohlenhydrate	Protein
386 kcal	20 g	49 g	6 g