

Kürbis-Apfel-Suppe mit gebratenen Apfelscheiben



Zutaten:

- 500 g Hokkaido-Kürbis
- 200 g Apfel-Fleisch ohne Schale
- 1 Apfel für die Apfelscheiben
- etwas Zitronensaft
- Gemüsebrühe
- 200 Gramm Sahne
- 100 Gramm Creme-fraiche
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- etwas Ingwer
- etwas heimischer Verjus, alternativ Zitronensaft
- etwas Rapsöl
- 1/2 kleine milde Peperoni
- einige Kürbiskerne
- Kürbiskernöl
- 1 Becher Schlagsahne



Zubereitung

Die Zwiebel, Äpfel, Knoblauch und Ingwer schälen. Dann die Zwiebel und die Äpfel würfeln und die Zwiebel und in einem größeren heißen Topf mit etwas Rapsöl anschwitzen. Den gewaschenen und ebenfalls gewürfelten Kürbis mit den Apfelwürfeln, Ingwer und Knoblauch hinzufügen, mit Gemüsebrühe überdecken und dann alles zusammen weich kochen lassen.

Anschließend mehr als die Hälfte der Gemüse-Kürbisbrühe vom Topf entnehmen.

Jetzt die Sahne und Creme-fraiche einrühren und alles zusammen mit dem Stabmixer pürieren. Für die gewünschte Konsistenz nun von der vorher entnommenen Gemüsebrühe solange zugießen, bis es einem passt. Tipp: Der eine mag gerne dickere Suppen, der andere mag es etwas flüssiger, das kann man steuern! ☒

Parallel dazu den Apfel in zwölf dünne Scheiben schneiden und mit etwas Zitronensaft marinieren. Apfelscheiben ohne Fett in einer heißen Pfanne von beiden Seiten braten, die Kürbiskerne anrösten und die Sahne schlagen. Die fertige Suppe mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen und mit einer Haube Schlagsahne, den gebratenen Apfelscheiben, der in dünne Streifen geschnittenen Peperoni, Kürbiskernöl sowie den gerösteten Kürbiskernen anrichten.