

Rezept für unsere Bio-Kürbiscremesuppe (für 4 x großen und 8 x kleinen Hunger)

Portionen: 4

Zutaten

1	BIO-Zwiebel, gewürfelt
1	BIO-Knoblauchzehe, gehackt
1 EL	BIO-Butter
1 TL	BIO-Tomatenmark
1 EL	Mehl
3-4	BIO-Karotten, in Scheiben
200 g	BIO-Kürbis (Butternuss oder Hokkaido)
450 ml	BIO-Gemüsesuppe
	etwas BIO-Schlagobers zum Verfeinern
	Salz



Zubereitung

1. Schneidet die Zwiebel in Stückchen und hackt den Knoblauch klein.
2. Wascht die Karotten und den Kürbis und schneidet sie in Scheiben bzw. kleine Stücke. Die Karotten und der Kürbis müssen nicht geschält werden.
3. Stellt einen Topf mit Butter auf, gebt Zwiebeln, Knoblauch, Kürbis und Karotten dazu und röstet sie bei kleiner Hitze bis sie halb weich sind.
4. Danach das Tomatenmark dazu geben und gut umrühren.
5. Gießt nun mit der Gemüsesuppe auf. Lasst dann alles ca. 10 Minuten köcheln.
6. Die Suppe fein mit einem Pürierstab pürieren.
7. Verrühre Schlagobers und die Maisstärke (Maizena) und rühre es in die Suppe ein. Ihr könnt die Maisstärke auch weglassen, wenn ihr die Suppe lieber dünnflüssig wollt.
8. Die Kürbissuppe noch einmal aufkochen.
9. Mit etwas Salz würzen.

Gutes Gelingen und lasst es euch schmecken!