

Kürbis-Linsen-Suppe (für 8 Portionen)

Zutaten:

1 Zwiebel
2 EL Rapsöl
200 g rote Linsen
1-2 TL mittelscharfes Currypulver
1/2 Kürbis (ca. 700g)
1 l Gemüsebrühe, je nach Bedarf
Etwas Sahne
Meersalz
1 Stück Ingwer (Daumennagel-groß)

So geht's:

Die Zwiebeln und den Ingwer schälen, in kleine Würfel schneiden und mit Rapsöl in einem großen Topf anbraten. Den Kürbis aufschneiden, entkernen und mit Schale in kleine Würfel schneiden.

Rote Linsen, Currypulver und Kürbisstücke im Topf mitdünsten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und alles köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist. Suppe dann gut pürieren. Mit etwas Salz würzen und die Sahne hinzugeben. Auf Teller verteilen und nach Belieben mit etwas frischen Kräutern oder Kürbiskernen servieren.

Guten Appetit!