Kürbis-Karotten-Cremesuppe



Vorbereitungszeit: 45 min
Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

- Gemüsebrühe (oder Wasser): 1 Liter
- Geputzter Kürbis: 1 kg
- Karotten: 250 g
- Natives Olivenöl extra: 3 Esslöffel
- Rosmarin: 1 Zweig
- Salz: n. B.
- Schwarzer Pfeffer: n. B.
- Zwiebel: 1

Zum Garnieren

- Joghurtsauce: n. B.

Vorbereitung

Die Kürbis-Karotten-Cremesuppe ist eine einfache und äußerst schmackhafte herbstliche Speise. In wenigen Minuten und mit einfachen Zutaten kann man ein köstliches und nahrhaftes Gericht zubereiten. Außerdem lässt sie sich im Handumdrehen festlich dekorieren, etwa zu Halloween mit einem Spinnennetz aus Joghurtsauce. Die Kürbis-Karotten-Cremesuppe schmeckt warm und kalt hervorragend und eignet sich perfekt für das monstermäßigste Fest des Jahres!

1. Das Öl in einen Topf gießen und die gehackte Zwiebel darin anschwitzen.
2. Den Kürbis und die geputzten, in kleine Stücke geschnittenen Karotten hinzufügen und ein paar Minuten lang anrösten.
3. Das Gemüse leicht salzen und die passierten Tomaten von Pomìto dazugeben, die Zutaten kurz aromatisieren und mit Gemüsebrühe (oder Wasser, in diesem Fall ein bisschen salzen) aufgießen, ca. 25 Minuten lang köcheln lassen.
4. Abschließend Rosmarin und schwarzen Pfeffer hinzufügen und das Ganze mit einem Pürierstab zu einer glatten, gleichmäßigen Creme mixen.
5. Die Kürbis-Karotten-Cremesuppe auf Tellern anrichten und dekorieren: Etwas Joghurtsauce in einen Spritzbeutel ohne Tülle geben und Kreise in einem Abstand von 1 cm zueinander spritzen. Mit einem Zahnstocher von innen nach außen Linien ziehen, um das Spinnennetz zu kreieren.

Für dieses Rezept haben wir verwendet:

Passierte Tomaten 150 g

