

EDEKA
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

KÜRBISSÜPPCHEN

mit Kürbispesto-Crostini



Dirk Luther

Dirk Luther

Kürbissüppchen

mit Kürbispesto-Crostini

ZUTATEN

KÜRBISSÜPPCHEN

1 kg Muskatkürbis
(oder Hokkaido)
1 rote Paprika
100 g Butter
2 EL Schalottenwürfel
1 TL Paprikapulver
1 Spritzer Obstessig
800 ml Geflügelfond
Salz und Pfeffer aus der Mühle
Muskatnuss, frisch gerieben
1 Lorbeerblatt
1 Thymianzweig
200 ml Sahne

KÜRBISESTO-CROSTINI

300 g Muskatkürbis
2 EL Rapsöl
1 Knoblauchzehe, in feine Würfel
geschnitten
50 g Kürbiskerne, geröstet
100 ml Sonnenblumenöl
60 g Parmesan, frisch gerieben
Salz und Pfeffer aus der Mühle
1 EL Koriander, gehackt
4 geröstete Baguettescheiben

ZUM ANRICHTEN

4 EL Sahne, geschlagen
2 EL Kürbiskerne, gehackt
3 EL Kürbiskernöl



KÜRBISSÜPPCHEN Den Kürbis und die Paprikaschote waschen, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen, Schalottenwürfel zugeben und darin andünsten. Kürbis- und Paprikawürfel zufügen, anschwitzen und so lange dünsten, bis sie weich sind. Mit Paprikapulver bestreuen, mit Essig ablöschen und mit dem Geflügelfond auffüllen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, das Lorbeerblatt sowie den Thymianzweig dazugeben und das Ganze bei geschlossenem Deckel ca. 20 bis 35 Minuten köcheln lassen.

Die Sahne hinzufügen, einmal aufkochen lassen und mit einem Pürierstab fein pürieren. Die Suppe durch ein feines Sieb passieren (mit Hilfe einer Suppenkelle das Kürbisfleisch durch das Sieb streichen). Nochmals mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

KÜRBISESTO-CROSTINI Den Kürbis waschen, entkernen und schälen. Das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, Kürbis und Knoblauch 5 Minuten darin andünsten.

Kürbiskerne und Sonnenblumenöl hinzufügen und das Ganze in einem Mixer zu einer cremigen, nicht zu feinen Masse verarbeiten. Den Parmesan untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Koriander verfeinern. Das Kürbispesto gleichmäßig auf den Baguettescheiben verteilen.

ANRICHTEN Die Suppe in vier vorgewärmte Suppenteller füllen. Mit geschlagener Sahne und Kürbiskernen garnieren und mit den Kürbisöl verfeinern. Die Crostini à part servieren.

★ PROFITIPP

Kurz vor dem Servieren das Kürbissüppchen nochmals mit dem Pürierstab aufmixen. Dadurch bekommt die Suppe eine feine Struktur.

• Hallo Halloween •

Halloween steht wieder vor der Tür: Nach einer irischen Tradition spuken kleine Hexen und schaurige Skelette herum und wollen Süßes, oder es gibt Saures. Bei dem keltischen Fest darf natürlich auch der Kürbis nicht fehlen – mit seinen gezackten Zähnen, leuchtenden Augen und dem aromatisch-leckerem Fruchtfleisch. Neben dem berühmten Hokkaido-Kürbis empfehle ich den köstlichen Muskatkürbis. Und zwar nicht nur zu Halloween.

Der ursprünglich aus Mittel- und Südamerika stammende Kürbis wiegt bis zu 40 Kilo und ist auch kulinarisch ein wahres Schwergewicht. Sein gelbes bis orangefarbenes, saftiges Fruchtfleisch hat einen fruchtig-säuerlichen Geschmack und er enthält wenig Kerne. Der Muskatkürbis, der einen angenehmen, an Muskatnuss erinnernden würzigen Duft hat, ist ein vielseitiger Begleiter.

