

KÜRBIS-KOKOS-SUPPE

mit gebratenen Zwiebeln

auf Wunsch
vegan



Zutaten

ein mittelgroßer Hokkaido-Kürbis, gewürfelt
eine Dose Kokosmilch
ca 750 ml Gemüsebrühe
1-2 Zehen Knoblauch, klein gewürfelt
Chiliflocken oder etwas frische Pepperoni
Zitronensaft
Schnittlauch, klein geschnitten
etwas Öl zum Braten
Zwiebeln, in Ringe geschnitten
Salz
nach belieben Brot

Zubereitung

Öl in einem großen Topf erhitzen, Knoblauch und Chiliflocken andünsten. Mit den Chiliflocken lieber vorsichtig sein, wenn Kinder mitessen, lass sie lieber weg. Wir Erwachsenen träufeln uns dann lieber bei Tisch etwas Chiliöl für mehr Schärfe über die Suppe.

Die Kürbisstücke zugeben und kurz mitdünsten. Dann mit Gemüsebrühe aufgiessen und weich kochen.

Kokosmilch dazu gießen, die Suppe pürrieren und nochmal aufkochen. Mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Während die Suppe kocht, Zwiebelringe in einer großen Pfanne braun rösten. Kräftig salzen.

Suppe mit braunen Zwiebelringen & Schnittlauch servieren. Wir mögen ausserdem geröstete Brotwürfel dazu. Dafür schneide einige Brotscheiben in Würfel und röste sie in der Pfanne mit etwas Fett (Butter oder Öl).