

# Kürbis-Karotten Suppe

## Zutaten:

- Kürbis
- Kürbiskern Öl
- Karotten
- Honig
- Muskat
- Sahne
- Wasser
- Brühwürfel, oder fertiger Fonds
- Salz
- Pfeffer
- Etwas Maggi
- Zwiebel
- Etwas Pflanzenöl zum anbraten

Die Zwiebel schälen, klein schneiden und in Öl glasig dünsten. Den Kürbis schälen, die Kerne und Innereien entfernen und klein schneiden. Bei Hokaido Kürbissen kann man die Schale mitessen. Die Karotten ebenfalls schälen und klein schneiden. Alles zusammen mit den Zwiebeln weich dünsten. Mit etwas Honig karamellisieren. Mit Wasser und Brühwürfel oder mit Fonds aufgießen und alles aufkochen lassen bis der Kürbis und die Karotten weich sind.

Mit einem Mixer alles pürieren (wenn man gar keine Stückchen möchte, dann durch ein Sieb passieren). Anschließend etwas Sahne oder Creme Fraiche hinzufügen und mit Salz, Muskat und Pfeffer sowie etwas Maggi und dem Kürbiskern Öl abschmecken.

Vor dem Servieren nochmals mit dem Mixer aufschäumen.