

Kürbissuppe mit knusprigem Salbei



Zubereitungszeit

40 Minuten

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 230 kcal

Eiweiss: 5 g

Fett: 14 g

Kohlenhydrate: 20 g

Tipps zu diesem Rezept

- Mit Brot servieren.

Zutaten für 4 Portionen

800 g	Kürbis, gerüstet gewogen, z. B. Roter Zentner
1	Zwiebel
2 EL	Rapsöl
9 dl	Gemüsebouillon
1 dl	Rahm
3 EL	Birnel (Birrendicksaft)
	Salz
	Pfeffer
	Tabasco
1 EL	Butter
0.5 Bund	Salbei

Zubereitung

1. Kürbis schälen. Kürbis und Zwiebel in ca. 1 cm grosse Würfel schneiden. Beides im Öl ca. 5 Minuten andünsten. Mit Bouillon ablöschen und zugedeckt ca. 30 Minuten weich kochen. Rahm und Birnel dazugeben. Alles mit dem Stabmixer pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Tabasco abschmecken.
2. In einer beschichteten Bratpfanne Butter erhitzen. Salbeiblätter dazugeben und bei mittlerer Hitze knusprig braten. Suppe mit Salbei anrichten.