



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW42 | 2020

Butternutkürbissuppe mit Mais

für 4 Portionen

Zutaten

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 200 g Kartoffeln
- 400 g Butternutkürbis
- 2 Maiskolben
- 2 EL Butter
- 800 ml Gemüsebrühe
- 1 gelbe Paprika
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 2 EL Thymian

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauch schälen und feinschneiden. Kartoffeln schälen und würfeln. Kürbisfruchtfleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Mais vom Kolben schneiden.

Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Kartoffel- und Kürbiswürfel, sowie Mais dazugeben und kurz mitschwitzen. Mit Brühe ablöschen, gut umrühren und bei mittlerer Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen.

Die Paprika waschen, halbieren, putzen und in 1 cm große Stücke schneiden.

Einige Kürbisstücke herausnehmen, die Suppe pürieren, bei Bedarf noch etwas Brühe angießen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Paprika und den Kürbis wieder in die Suppe geben, kurz erwärmen lassen und in Teller füllen. Mit Thymianblättchen bestreut servieren.