annemarie wildeisen's
KOCHEN

Caramelisierte Vanille-Kürbis-Suppe

Autor: KOCHEN



ZUTATEN

600 g Kürbis, gerüstet gewogen
1 Zwiebel
4 Knoblauchzehen
1 Vanilleschote
25 g Zucker
2 Esslöffel Butter
1 l Gemüsebouillon
4 Zweige Thymian
2 dl Rahm
0.5 Teelöffel Cayennepfeffer
Salz
Rahm, nach Belieben, ersatzweise Crème fraîche

Für den Kleinhaushalt

2 Personen: Zutaten halbieren, 6 dl Bouillon verwenden.
1 Person: Zutaten vierteln, 3 dl Bouillon verwenden.

Info

Pro Portion

33 g Eiweiss
39 g Fett
21 g Kohlenhydrate
579 kKalorien
2424 kJoule

ZUBEREITUNG

Für 4 Personen

1 Den Kürbis in etwa 1 cm grosse Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und die Samen herauskratzen.

2 In einer mittleren Pfanne den Zucker zu intensiv braunem Caramel schmelzen lassen; dies ergibt einen kräftigen Geschmack und mindert die Süsse des Zuckers. Sobald die gewünschte Farbe erreicht ist, die Butter, die Zwiebel, den Knoblauch sowie die Vanilleschote mit den Samen beifügen. Alles gut verrühren und mit 1 dl Bouillon ablöschen. So lange leise kochen lassen, bis sich der Caramel vollständig aufgelöst hat.

3 Nun den Kürbis und die restliche Bouillon beifügen und alles zugedeckt etwa 20 Minuten weich kochen. 4 Die Thymianblättchen abzupfen und zur Suppe geben.

4 Wenn der Kürbis weich ist, die Vanilleschote entfernen und den Rahm beifügen. Die Suppe mit dem Stabmixer oder im Mixer fein pürieren und mit Cayennepfeffer sowie Salz würzen.

5 Vor dem Servieren die Suppe nochmals aufkochen. In tiefen vorgewärmten Tellern oder Tassen anrichten und nach Belieben mit etwas flaumig geschlagenem Rahm oder einem Klacks Crème fraîche garnieren.

Tipp
Wird die Suppe vorbereitet, nach dem Pürieren die Vanilleschote wieder beifügen und bis zum Servieren darin ziehen lassen. Das Vanillearoma wird dadurch noch intensiver.