

Kürbis-Süppchen mit LieBee Blütenhonig Zartcremig

Zutaten für 4 Personen

- 1 kg Hokkaido-Kürbis
- 50 g Butter
- 2 Stück Zwiebeln
- 1 cm Ingwer
- 3 EL LieBee Blütenhonig zartcremig
- 2 Stück Zitrone
- 400 ml Kokosmilch
- 600 ml Gemüsebrühe
- 1/2 TL Cayennepfeffer
- 1 TL Garam Masala
- Salz und Pfeffer aus der Mühle zum Abschmecken

Zum Anrichten:

- 4 EL Kokosmilch (cremig)
- 4 EL Kürbiskerne (geröstet)
- 4 EL Kürbiskernöl



Rezeptvideo und Zubereitung

1. Schritt

Den Kürbis waschen, vierteln und Kerne sowie den Strunk entfernen. Das Fruchtfleisch mit Haut grob würfeln.

2. Schritt

Die Zwiebeln abziehen, grob würfeln und in einem Topf in der Butter zusammen mit **LieBee Blütenhonig zartcremig**, Cayennepfeffer und Garam Masala glasig anschwitzen.

3. Schritt

Den Ingwer schälen, fein reiben und zusammen mit der Kokosmilch, der Gemüsebrühe und dem Saft der Zitronen zufügen.

4. Schritt

Die Kürbiswürfel zufügen und mit geschlossenem Deckel bei kleiner Hitze etwa 15–20 Minuten weich köcheln lassen.

5. Schritt

Die Suppe mit einem Pürierstab fein mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Schritt

Mit gerösteten Kürbiskernen, Kürbiskernöl und etwas Kokosmilch servieren.