

Kürbissuppe

Schwierigkeit *, Dauer 45min, vegan



Zutaten (für 4 Personen)

1 Hokkaido Kürbis

5 große Kartoffeln (Menge nach persönlichen Vorlieben variierbar)

3 mittelgroße Karotten (Menge nach persönlichen Vorlieben variierbar)

2 Zwiebeln

Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer

Rezept

Den Kürbis in Würfel schneiden. Er muss vorher nicht geschält werden. Die Kartoffeln und die Karotten schälen und ebenfalls in Würfel schneiden. Alles zusammen in der Gemüsebrühe ca. 20-30 Minuten kochen. Das Gemüse sollte im Topf knapp mit Wasser bedeckt sein.

Währenddessen die Zwiebeln würfeln und anbraten. Sie können später zur Verfeinerung über die Suppe gegeben werden.

Sobald das Gemüse weichgekocht ist, wird es mit einem Pürrierstab gemixt. Wie fein die Suppe wird, ist ganz Ihnen überlassen. Nochmals abschmecken und dann die Suppe auf Tellern servieren und mit den gebratenen Zwiebeln garnieren.

Mehr Infos zum veganen Kochen finden Sie auf

<https://www.simeonskirche-muenchen.de/umwelt-simeon/fleischlos-kochen>.