

KÜRBISUPPE »SHURABAT ALYAQTIN«

ZUTATEN: ZUBEREITUNG:

500 g Hokkaido-Kürbis	waschen, halbieren, mit einem Löffel entkernen und in Würfel schneiden.
250 g Karotten	waschen, schälen und würfeln.
1 Zwiebel	schälen und klein würfeln.
2 Knoblauchzehen	schälen und sehr klein würfeln.
½ Ingwerknolle	waschen, schälen und reiben.
20 g Butterschmalz oder Ghee	in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig andünsten. Karotten, Ingwer und Kürbis zufügen, mit auffüllen und mit geschlossenem Deckel zum Kochen bringen.
0,75 l Gemüsebrühe (Instant)	15 Minuten köcheln lassen. Wenn alles weich ist, mit dem Stabmixer pürieren. Mit
Salz	
Pfeffer	
Chili aus der Mühle (Vorsicht! Wird schärfer!)	würzen.
2 EL Kürbiskerne	in einer trockenen Pfanne rösten. Die fertige Suppe in einem Teller oder in einer Schale anrichten, mit den gerösteten Kürbiskernen und garnieren und servieren.
1 TL Schmand	

