

Kürbis-Apfelsuppe

Die Kürbis-Apfelsuppe ist ein perfektes herbstliches Wohlgefühlgericht, das Süße, Würze und feine Säure auf köstliche Weise vereint. Durch die Kombination aus Muskatkürbis und Apfel entsteht eine leckere, leicht fruchtige Note, die dieser Suppe ihren besonderen Charakter verleiht. Ob als Vorspeise, leichte Hauptmahlzeit oder wärmende Suppe an kalten Tagen, sie gehört zu den Rezepten, die mit ihrer cremigen Konsistenz begeistern.

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kleine Zwiebel, fein geschnitten
- 1 EL Butter
- 300 g Muskatellerkürbis, grob gerieben
- 100 g Apfel, gewürfelt
- 1/4 l Weißburgunder
- 2 cl Cognac (z. B. Courvoisier)
- 1/2 l klare Gemüsesuppe
- Je 1 Prise Liebstöckel, Curry, Pfeffer, Basilikum, Muskatnuss, Oregano, Lorbeerblatt, Wacholder
- 1–2 TL Kartoffelstärke
- Etwas kaltes Wasser
- 60 ml Obers
- Salz
- je 1 TL Petersilie und Dille, fein gehackt

Zubereitung

Für die Kürbis-Apfelsuppe zuerst die Zwiebel in Butter glasig anschwitzen. Danach den geriebenen Kürbis und die gewürfelten Äpfel hinzufügen und kurz mitdünsten, damit sich die Aromen gut verbinden. Anschließend mit Cognac, Weißburgunder und klarer Gemüsesuppe ablöschen.

Jetzt kommen die Gewürze dazu: Liebstöckel, Curry, Pfeffer, Basilikum, Muskatnuss, Oregano, Lorbeerblatt und Wacholder. Diese Gewürzmischung sorgt für die besondere Tiefe und den warmen Geschmack, der die Kürbis-Apfelsuppe so einzigartig macht. Alles etwa 15 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen und anschließend fein pürieren.

Die Kartoffelstärke in etwas kaltem Wasser anrühren, in die Suppe einrühren und nochmals kurz aufkochen lassen, bis die Kürbis-Apfelsuppe die gewünschte cremige Konsistenz hat. Vor dem Servieren mit Salz abschmecken, Obers unterziehen und mit Petersilie und Dill verfeinern.

Warum die Kürbis-Apfelsuppe ein Herbsthighlight ist

Sie verbindet süßliche Kürbisnoten, fruchtige Apfelaromen und eine fein würzige Basis. Durch die Verwendung von Weißburgunder und Cognac bekommt sie eine elegante, leicht aromatische Tiefe. Sie ist leicht und nährstoffreich, ein idealer Begleiter für kalte Tage und perfekt geeignet für Gäste, Familienessen oder gemütliche Abende.

Nährwerte pro Portion: Kcal/kJ 176/739 E. 2g, F. 8g, KH 9g, BE 0,5

Das Team von Gasthaus Großvenediger wünscht gutes Gelingen!

Lust auf mehr köstliche Rezepte?