



Rezepte aus dem Kulinarium der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen

Kürbis-Ingwer-Suppe

(6 Portionen)

Menge	Zutaten	Zubereitung
1 kg 1 Stk.	Hokkaidokürbis Ingwer (daumengroß)	Den Hokkaidokürbis gründlich waschen und würfeln (muss nicht geschält werden). Ingwer schälen und fein hacken
600 ml 400 ml	Gemüsebrühe Kokosmilch	Kürbis, Ingwer, Brühe und Kokosmilch in einen großen Topf geben und 15-20 Minuten köcheln, bis der Kürbis gar ist.
60 g	Kürbiskerne	Währenddessen die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten und zur Seite stellen.
100 ml 2 EL Etwas	Orangensaft Currypulver Salz, Pfeffer, Kürbiskernöl	Orangensaft, Curry, Salz und Pfeffer hinzufügen. Die Suppe cremig pürieren. Nach Bedarf noch einmal abschmecken und genießen. Die Suppe auf die Teller verteilen und mit den Kürbiskernen und etwas Kürbiskernöl garnieren.