

Schnelle Kürbis-Süßkartoffelsuppe

Zutaten

- 1 Hokkaido-Kürbis
- 1 rote Zwiebel
- 2 mittelgroße Süßkartoffeln
- 700-1000ml Gemüsebrühe
- Currypulver
- Salz, Pfeffer, Chili
- 1 EL Olivenöl
- 1 Bund Petersilie



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

Zubereitung

Den Kürbis sowie die Süßkartoffel grob würfeln. Der Hokkaido-Kürbis kann übrigens mit Schale gegessen werden, sodass ihr nur die Süßkartoffeln schälen müsst.

Die Zwiebel fein würfeln.

Das Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebel darin glasig dünsten. Die Gemüsewürfel hinzugeben und alles mit Gemüsebrühe aufgießen. Je nach Größe der Kartoffeln und des Kürbis kann die genaue Menge variieren - gebt lieber im Nachgang noch einen Schuss hinzu, falls das Ergebnis nicht flüssig genug ist.

Salz, Pfeffer, Chili und Currypulver (mein absolutes Lieblingscurry vom alten Gewürzamt hatte ich euch schon in anderen Rezepten verlinkt) hinzufügen.

Bei geschlossenem Deckel für ca. 20 Minuten köcheln, bis Kartoffel und Kürbis weich sind. Den Topf von der Hitze nehmen und alles fein pürieren. Ich mag die Suppe am Liebsten, wenn sie richtig sämig, von der Konsistenz her fast so wie Kartoffelbrei, ist.

Die Petersilie hacken und unterrühren und alles gut abschmecken.

© 2026 TIME2TRI GmbH