

# Kürbisrahmsuppe mit Lavendel

Suppen » Kürbis-Suppen

## Zutaten (4 Personen)

- » 500g Kürbisfleisch
- » 1 Zwiebel(n)
- » 2 EL Öl
- » 1/2 TL geh. Rosmarin
- » 500ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 200ml Schlagsahne
- » Zitronensaft
- » Salz & Pfeffer
- » 3 EL Zucker
- » 8 Lavendelblütenzweig(e)

## Bewertung



### Beschaffung

manchmal im Discounter



### Kosten

6-10€



### Zubereitungszeit

31-60min

## Zubereitung

1. Kürbisfleisch grob würfeln. Zwiebel abziehen, würfeln. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel, Kürbis und Rosmarin darin andünsten. Die Brühe angießen und das Gemüse zugedeckt ca. 20min garen.

2. Kürbis, Zwiebel und Rosmarin mit dem Mixstab in der Brühe pürieren. Dabei die Sahne angießen. Die Suppe einmal aufkochen lassen. Den Zitronensaft unterziehen. Mit Salz, Pfeffer sowie 1 Prise Zucker abschmecken.

3. Übrigen Zucker in einem kleinen Topf karamellisieren lassen. Lavendel auf Backpapier legen und die Hälfte des Karamells darüber träufeln. Die Blüten wenden, mit übrigem Karamell beträufeln. Suppe in tiefe Teller oder ausgehöhlte Kürbisse füllen. Mit Lavendel und evtl. Rosmarin garnieren.

Nährwerte: 270kcal/E4g/F20g/KH19g pro Portion

angelegt am: 15.10.2003

Rezept-Nr: 586

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke