

## Kürbissuppe

(8 Portionen)

### Zutaten:

1 Hokkaido-Kürbis  
6 Karotten  
400 g Kartoffeln  
1 große Zwiebel  
1 Stück Ingwer (Daumennagel groß)  
2 EL Olivenöl  
1 gehäufte EL Curry  
1 EL Honig  
1 EL Gemüsebrühe  
Salz & Pfeffer

### Zubereitung:

Zwiebel würfeln und in Olivenöl glasig dünsten. Geputzten Kürbis, Karotten und Kartoffeln schälen, würfeln und dazu geben. Mit Wasser aufgießen, bis das Gemüse gut bedeckt ist. Ingwer klein schneiden und hinzufügen. Mit Gemüsebrühe würzen und alles mindestens 45 Min. köcheln lassen. Anschließend pürieren und mit Honig, Curry, Salz und Pfeffer würzen. Noch mal aufwärmen.

Pro Portion:  $\frac{1}{2}$  F,  $\frac{1}{4}$  K, G,  $7 \frac{1}{2}$  GK