



Cremige Kartoffel-Kürbissuppe klassisch zubereitet

Mit aromatischem Muskatkürbis, vorwiegend festkochenden Kartoffeln (z. B. Marabel), etwas Wurzelgemüse und einem Hauch Peperoni wird dieser herbstliche Suppen-Klassiker wunderbar sämig, samtig und herrlich cremig. Ein einfaches, absolut geling sicheres Soulfood für gemütliche Tage – genau wie aus Omas Kochtopf!

Zutaten

- 3 mittelgroße Kartoffeln, vorwiegend festkochend (Marabel)
- 2 Spalten Muskatkürbis
- 1/4 Stück rote Paprika
- 1 kleines Stück Sellerie
- 1 Zwiebel
- 1 kleine Karotte
- 1/2 Liter Gemüsebrühe
- 1 Stück Peperoni
- Muskatnuss
- Öl zum anschwitzen
- ein Schuss Sahne
- Salz & Pfeffer

Zubereitung

Schritt 1 Gemüse vorbereiten:

Kartoffeln, Muskatkürbis, Karotte, Sellerie und rote Paprika gründlich waschen und schälen. Anschließend Karotte, Sellerie, Kartoffeln und Kürbis in grobe, gleichmäßige Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Ein kleines Stück Peperoni ebenfalls fein hacken.

Schritt 2 Aromen anrösten:

Etwas Öl in einem großen Topf erhitzen. Zuerst die Kürbisstücke hineingeben und rundherum leicht anrösten, sodass sich feine Röstaromen entwickeln. Danach Zwiebeln, Sellerie und Karotte dazugeben und kurz mit dünsten.



Schritt 3 Würzen & Ablöschen:

Das Gemüsegut direkt im Topf mit frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer, einer feinen Schärfe der Peperoni und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Kurz weiterschwenken und sofort mit der heißen Gemüsebrühe ablöschen.

Schritt 4 Sanft weichkochen:

Die vorbereiteten Kartoffelwürfel in den Topf geben. Den Deckel aufsetzen und alles bei mittlerer Hitze für ca. 20 Minuten sanft köcheln lassen, bis Kartoffeln und Kürbis butterweich sind.

Schritt 5 Pürieren & Verfeinern:

Den Topf vom Herd nehmen und das Suppengemüse mit dem Pürierstab seidenweich pürieren. Einen Schuss Sahne unterrühren, die Suppe nochmals kurz aufkochen lassen und final mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.

Schritt 6 Anrichten (Optional):

Die heiße Suppe in tiefen Tellern anrichten. Nach Wunsch mit ein paar in der Pfanne gerösteten Kürbiskernen und knusprigen Wurstchips garnieren und sofort genießen!