

Das aktuelle Rezept von Sylke Messer-Radtke
vom KreisLandFrauenVerband Schleswig-Flensburg
Kreisteil Schleswig e. V.

<https://www.landfrauen-schleswig-flensburg.de/>

In unserer Reihe „Mahlzeit! MarktTreff“ verraten MarktTreff-Köchinnen und -Köche sowie LandFrauen einige ihrer Lieblingsrezepte: typische Gaumenfreuden aus dem echten Norden, einfach nachzukochen, meist mit regionalen Zutaten, die es in vielen der MarktTreff-Dorfläden zu kaufen gibt. Heute:

Kürbissuppe

Jetzt im Herbst ist die Zeit der Kürbisse. Aus diesem Fruchtgemüse lassen sich leckere Gerichte zaubern. Bei den LandFrauen aus Tetenhusen im Kreis Schleswig-Flensburg ist die Kürbissuppe besonders beliebt. Viel Spaß beim Nachkochen!



Zutaten für ca. 4 Personen:

Rinderbrühe:

500 g Querrippe
1 kg Roastbeefknochen
1 Bund Suppengrün
2 mittelgroße Zwiebeln
2 Lorbeerblätter

Kürbissuppe:

ca. 1,5 kg Kürbis
1 mittelgroße Stange Porree
50 g Butter
1/8 l Sahne
Salz
Pfeffer

So wird's gemacht:

Rinderbrühe als Basis

Wer es gut meint, kocht zunächst eine Rinderbrühe. Aus den Zutaten mit 2 Liter Wasser eine Brühe kochen. Dauer: ca. 1 ½ Stunden. Anschließend durchsieben und als Grundbrühe für die Kürbissuppe verwenden.

Den Kürbis eventuell schälen und von den Kernen befreien. In Würfel schneiden.

Das Weiße des Porrees in Ringe schneiden, aus dem Grün nur die inneren Blätter verwenden. In dünne Streifen schneiden und als Einlage verwenden.

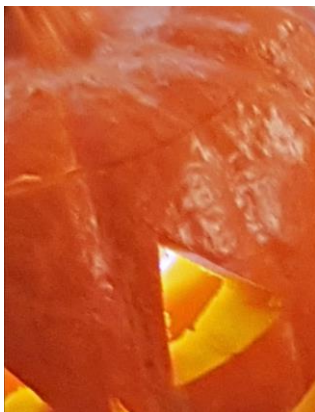
Butter erhitzen, darin den Porree goldgelb anschwitzen. Den Kürbis dazugeben und glasig werden lassen.

1 Liter Brühe (entweder die selbstgekochte oder aus dem Glas beziehungsweise Rindfleischextrakt) dazugeben und 20 Minuten köcheln lassen.

Wenn der Kürbis gar ist, wird die Suppe püriert und mit der Sahne verfeinert. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fertig ist die köstliche Kürbissuppe, die gern mit Fleischklößchen, Krabben – oder auch pur – genossen werden kann.

Lassen Sie es sich schmecken: Mahlzeit! MarktTreff



Übrigens: Die LandFrauen des 1974 gegründeten LandFrauenVereins Tetenhusen haben nach diesem Rezept im dortigen MarktTreff in der harten Corona-Zeit Kürbissuppe gekocht und mit großem Erfolg angeboten.