

Spreewälder Kürbissuppe Thermomix



4 Portionen

Points® Wert pro Portion 1

Zutaten

500 g Wasser
1 Würfel Gemüsebrühe
300 g Kartoffeln, gewürfelt
100 g Zwiebeln in Stücken
4 TL Öl
450 g Kürbisfleisch, in Stücken
1 TL Senf, mittelscharf
100 g saure Sahne(etwas zum garnieren zurückhalten)
2 Spritzer Worcester Sauce
500 g Milch 0,3 % (1,5%)
½ TL Pfeffer
1 TL Salz
Eventuell ein paar Kürbiskerne zum garnieren

Anleitung

- ◆ Wasser und Gemüsebrühe in den Mixtopf, Kartoffel in den Gareinsatz geben
- ◆ Gareinsatz einhängen und 20 Min./100°/ Stufe 1 garen
- ◆ Gareinsatz herausnehmen, Mixtopf leeren, Garflüssigkeit dabei auffangen.
- ◆ Zwiebeln in den Mixtopf geben und 3 Sek./Stufe 5 zerkleinern
- ◆ Öl zugeben und 2 ½ Min./ Varoma/ Stufe 1 dünsten
- ◆ Kürbisfleisch, Senf, saure Sahne, Worcester Sauce, 250g aufgefangene Garflüssigkeit, Milch, Pfeffer, Salz und gekochte Kartoffeln in den Mixtopf geben.
- ◆ 13 Min./100°/ Stufe 1 kochen und 20 Sek./Stufe 5 pürieren
- ◆ mit Rest saurer Sahne und Kürbiskernen garnieren.