



**Kürbiscremesuppe à la Speckbacher Hof: Koch
Dennis verrät das Rezept**

Paschi Lehmann - 15.10.2025

Rezeptgruppe

Suppe

Es geht wieder los: Bereits ab August hat Kürbis Saison, ab September gibt's die Frucht fast überall und im Oktober erreicht die Kürbiszeit ihren Höhepunkt.

Der **Kürbis** stammt ursprünglich aus **Mittel- und Südamerika**. Dort wurde er schon vor über **10.000 Jahren** von den Indigenen Völkern angebaut. Nach der **Entdeckung Amerikas** gelangte der Kürbis nach **Europa** und verbreitete sich später weltweit als Nahrungs- und Zierpflanze.

Botanisch gesehen ist der **Kürbis keine Gemüsepflanze**, sondern eine **Frucht** - genauer gesagt eine **Beerenfrucht (Panzerbeere)**. Im **Alltag** und in der **Küche** wird er aber als **Gemüse** bezeichnet, weil er meist **herzhaft zubereitet** wird und nicht süß wie typisches Obst.



Butternuss





Zutaten für 6-8 Personen

1000 g Butternuss Kürbis

600 g Karotten

1 Zwiebel

5 cm Ingwer

2 EL Butter

1 L Gemüsebrühe

500 ml Kokosmilch

Cognac

Salz & Pfeffer

1 Zitrone

3 EL Kürbiskernöl

Zucker

geröstete Kürbiskerne (zum garnieren)

Zubereitung

1. Die Zwiebel anrösten, dann Karotten, Kürbis und Ingwer kurz mitrösten. Mit der Brühe ablöschen und Kokosmilch dazu geben.
2. Pürieren. Kleiner Tipp: die pürierte Suppe durch ein Sieb streifen, damit keine Fasern übrigbleiben
3. Am Ende die Suppe nach Belieben mit Salz, Pfeffer, Zitrone und Zucker und mit einem Schuss Cognac abschmecken.
4. Die Kürbiscremesuppe schmeckt am besten mit etwas Kürbiskernöl und gerösteten Kürbiskernen.

Bei Bedarf mit geschlagenem Rahm verfeinern