

## Asiatische Kürbissuppe mit frittiertem Koriander

**Arbeitszeit:** 50 Minuten

**Schwierigkeitsgrad:** einfach

### Nährwerte pro Portion ohne Frittierfett ca.

Fett	26 g
Kohlenhydrate	37 g
Eiweiß	6 g
Brennwert	421 kcal / 1.759 kJ

### Zutaten für 4 Portionen

*Suppe:*

1 kg Hokkaidokürbis  
2 Schalotten  
1 Knoblauchzehe  
50 g Butaris Butterschmalz  
40 g frischer Ingwer  
600 Gemüsefond  
200 g Kokosmilch  
½ EL Limettensaft  
4 EL Sesamsamen  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer  
Cayennepfeffer

*Frittierter Koriander:*

50 g Butaris Butterschmalz  
1 Bund Koriander

### Zubereitung:

*Schritt 1/5*

Für die asiatische Kürbissuppe den Kürbis entkernen und in 2 cm große Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen, in 1 cm große Würfel schneiden und in einem Topf in Butaris Butterschmalz glasig andünsten.

*Schritt 2/5*

Die Kürbiswürfel zugeben. Ingwer waschen, wer mag schälen, grob hacken und ebenfalls dazugeben. Alles kurz andünsten und danach mit Gemüsebrühe ablöschen. Kokosmilch zugeben und die Flüssigkeit bei mittlerer Hitze offen etwas einkochen lassen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und bei mittlerer Hitze zugedeckt ca. 10 Minuten weiterköcheln lassen, bis die Kürbiswürfel weich sind.



## Schritt 3/5

Die asiatische Kürbissuppe mit dem Pürierstab fein pürieren und noch einmal aufkochen lassen. Die Suppe mit Limettensaft abschmecken und alles mit dem Pürierstab sämig aufmixen.

## Schritt 4/5

Den Sesam in einer Pfanne ohne Fettzugabe unter Wenden rösten, bis er zu duften beginnt. Butaris Butterschmalz in einem kleinen Topf schmelzen. Koriander waschen, richtig gut trocken tupfen und für 30 Sekunden im Butterschmalz frittieren. Danach auf einem Küchenpapier gut abtropfen lassen.

## Schritt 5/5

Die asiatische Kürbissuppe auf Teller verteilen und den Sesam darüberstreuen. Den Koriander jeweils in die Mitte der Suppe setzen.

Tipp: Wer gern scharf isst, kann 1 getrocknete Chilischote in der Suppe mitkochen und – je nach gewünschtem Schärfegrad – vor dem Pürieren herausfischen oder mitpürieren. Den Cayennepfeffer in diesem Fall weglassen. Die Suppe nach Belieben mit ein wenig dunklem Sesamöl beträufeln.

Guten Appetit wünscht Butaris



Hinweis für die Redaktion:

Die Rezeptbilder und Rezepte sind urheberrechtlich geschützt. Der Abdruck der Bilder in gedruckten Presseerzeugnissen (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnissen im Internet ist ausschließlich in Kombination mit dem zugehörigen Rezept sowie bei Nennung der Quelle (Foto: © Butaris Butterschmalz) honorarfrei. Die Bilder und Rezepte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung der Bilder bzw. eine ausschnittweise Verwendung. Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf Butaris Butterschmalz (Nennung von Butaris Butterschmalz in der Zutatenliste) und/oder Packshot verwendet werden. Belege erbeten. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Bei Rückfragen wenden Sie sich gern per Mail an [butaris@adpublica.com](mailto:butaris@adpublica.com).