

Kürbis-Suppe, -Kompott, Kürbiskern-Eis, -Crunch

Für zwei Personen

Für die Kürbissuppe:

½ Hokkaido-Kürbis	1 Karotte	2 Orangen
1 Schalotte	1 cm Ingwer	½ rote Chilischote
500 ml Gemüsefond	100 ml Sahne	2 EL Kürbiskernöl
2 EL Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für das Kürbiskern-Eis:

50 g Kürbiskerne	125 g Joghurt, 3,5%	1 Zitrone
1 Limette	4 EL Kürbiskernöl	70 g Zucker

Für das Kompott:

¼ Hokkaido-Kürbis	Rote frische Chilischote	1 TL Honig
1 Zitrone	1 Zimtsplitter	25 g Zucker

Für den Crunch:

20 g Kürbiskerne	1 EL Butter	1 EL Zucker
------------------	-------------	-------------

Für die Garnitur:

1 Zweig Basilikum

Für die Kürbissuppe:

Den Hokkaido-Kürbis abspülen, in Würfel schneiden und die Kerne entfernen. Schalotte abziehen, klein würfeln, Karotte schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und kleinschneiden.

Chili entkernen und kleinhacken. Orangen auspressen und Saft auffangen. Öle in einem Topf erhitzen und Schalotte, Chili und Ingwer darin dünsten. Kürbis und Karotten Stücke hinzufügen und ebenfalls kurz anbraten. Anschließend mit Gemüsefond und Orangensaft aufgießen und ca. 20 Minuten köcheln lassen. Zuletzt die Sahne hinzufügen, pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warmhalten.

Für das Kürbiskern-Eis:

Kürbiskerne mit 100 ml Wasser und Öl im Mixer sehr klein hacken.

Zucker, Zitronen- und Limettensaft hinzufügen und gut durchmischen. Mit Joghurt vermengen und die Maße durch ein Sieb drücken. Anschließen für ca. 20 Minuten in die Eismaschine geben.

Für das Kompott:

Zucker und 100 ml Wasser aufkochen. Kürbis schälen und in kleine, gleichmäßige Würfel schneiden. Diese in dem Zucker-Wasser köcheln lassen. Chili sehr fein hacken und gemeinsam mit Zimt und Honig dazugeben. Alles etwa 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen.

Kompott auskühlen lassen. Mit Zitronenabrieb und Saft abschmecken.

Für den Crunch:

Kürbiskerne klein hacken und in einer beschichteten Pfanne anrösten.

Zucker hinzufügen und karamellisieren lassen. Etwas Butter hinzugeben.

Kerne auf ein beschichtetes Backpapier geben und auskühlen lassen.

Für die Garnitur:

Basilikum abbrausen und trockenwedeln.

Kompott in einem tiefen Teller mittig anrichten. Suppe drumherum geben.

Kürbiskernöl in kleinen Tropfen hinzufügen. Eine Kugel Eis auf das Kompott geben, mit karamellisierten Kernen bestreuen, mit Basilikum garnieren und servieren.

Julia Riedmiller am 01. Dezember 2021