

# Confiture de Vivre



## Sopa de Carbassa - Kürbissuppe katalanischer Art

1

### Ingredienzen

1 Kürbis (Hokkaidokürbis eignet sich - auf französisch potimarron)  
2 saure Äpfel  
1 Zwiebel  
1-2 Zehen Knoblauch  
ein kleines Stück Ingwerknolle  
1 Liter Gemüsebrühe  
Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Safranfäden, Zitronengras (Pulver), Piment d'Espelette  
0,1 Liter Orangensaft  
nach Geschmack Vinaigre de Muscat de Rivesaltes (oder auch Verjus)  
Saure Sahne  
Kürbiskernöl  
Kürbiskerne

Den Kürbis und die Äpfel waschen, das Kerngehäuse des Kürbis' entfernen, die Äpfel schälen, jedoch mit Kerngehäuse belassen. Kürbis und Äpfel klein schneiden. Es ist nicht notwendig, den Kürbis zu schälen, die Schale kann gut mitkochen. Zwiebel und Knoblauch schälen und im Topf leicht anschwitzen. Den kleingeschnittenen Kürbis und die Äpfel dazu geben. Wenn das Ganze angeschwitzt ist, mit etwas Gemüsebrühe angießen, nach Bedarf pfeffern und salzen. Ein kleines Stück Ingwerknolle schälen, klein schneiden und dazu geben. Gut köcheln lassen, nach und nach die Gemüsebrühe zugeben. Immer wieder gut umrühren, anfänglich hat die Suppe eine breiige Konsistenz, dann besser noch etwas Flüssigkeit zugießen.

Wenn der Kürbis soweit weich ist, das Ganze mit dem Zauberstab pürieren. Erst danach die Suppe abschmecken. Etwas Muskatnuss dranreiben (Vorsicht, nicht zu viel), Zitronengras und 2-3 Safranfäden dazugeben. Für eine scharfe Note ein bis zwei Messerspitzen Piment d' Espelette an die Suppe geben. Die Art der Schärfe, die man damit erreicht, ist fantastisch. Hier ist ebenfalls Vorsicht geboten, es ist extrem scharf und lässt sich nicht gut neutralisieren.

Den Orangensaft und den Vinaigre de Muscat zugeben und nochmals abschmecken. Der Muscatessig gibt eine hervorragende saure Note, wirkt dabei aber rund und ausgeglichen. Zum Schluss einen Esslöffel saure Sahne dazugeben und alles noch einmal durchpürieren.

In einer kleinen Schüssel anrichten, etwas Kürbiskernöl und ein paar Kürbiskerne dazu. Fertig ist ein traditionelles, herbstliches Gericht, in Anlehnung an den französischen Teil Kataloniens.

Guten Appetit!

