



Kürbissuppe mit Shiitake-Pilzen

1 kg	Kürbis
2	Süsskartoffeln
2	Fleischtomaten
1	Zwiebel
3 EL	Olivenöl
1 l	Gemüsebrühe
200 ml	Orangensaft
Salz, Pfeffer	
250 g	Shiitake-Pilze
3 EL	Kürbiskerne
200 g	Crème fraîche
2-4 TL	Kürbiskernöl

Und so wird's gemacht

Kürbis entkernen, Süsskartoffeln schälen, alles in kleine Stücke schneiden. Fleischtomaten vierteln. Zwiebel schälen, fein würfeln und in ein Drittel des Olivenöls andünsten. Kürbis und Süsskartoffeln darin andünsten. Gemüsebrühe und Orangensaft zugießen, aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt ca. 25 Minuten köcheln, bis das Gemüse gar ist.

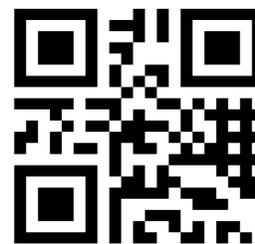
In der Zwischenzeit Shiitakepilze je nach Grösse ganz lassen oder in Streifen schneiden und in restlichem Olivenöl anbraten.

Kürbiskerne in einer Pfanne anrösten. Crème fraîche in die Suppe geben, Suppe pürieren und nochmals abschmecken. Auf Tellern anrichten.

Mit Pilzen und Kürbiskernen bestreuen. Wenn vorhanden mit etwas Kürbiskernöl beträufeln.

Kochzeit gesamt: 45 Minuten

vegetarisch



pilzland.ch

info@pilzland.ch