







Kürbis-Suppe (für 4 Personen)

	<p>1 (Hokkaido)Kürbis 1 Stange Lauch, 3 Kartoffeln, 2 Möhren 1 kleiner Becher Sahne Salz und Pfeffer, Muskatnuss</p>
	<p>→ Lauch in feine Ringe schneiden</p>
	<p>→ Kürbis halbieren, Kerne entfernen → Kürbis in Stücke schneiden (bei Hokkaido-Kürbis darf man die Schale mitessen)</p>
	<p>→ Möhren und Kartoffeln schälen → alles in Stücke schneiden</p>
	<p>→ Öl in einen Topf geben und erhitzen → nacheinander das Gemüse anbraten: → zuerst den Lauch</p>
	<p>→ dann Kürbis, Kartoffeln und Möhren dazu geben → Wasser dazu geben, bis das Gemüse bedeckt ist → Kochen, bis das Gemüse weich ist</p>
	<p>→ mit einem Pürierstab mixen → etwas Sahne, Salz und Pfeffer dazu geben → geriebene Muskatnuss schmeckt gut dazu</p>
	<p>→ ‚Guten Appetit‘ wünscht die Klasse O3!</p>