



© Adobe Stock_Agnieszka Witzak

HOKKAIDO-BIRNEN-SUPPE

(10 Kinderportionen)

Zutaten:

1 kg Hokkaidokürbis, 100 g Zwiebel, 100 g Kartoffeln, ca. 500 g Birne, 2 EL Birnendicksaft, 2 EL Rapsöl, 100 g mittelalter Gouda, 0,5 l Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer und ein wenig Thymian, 100 ml Saure Sahne

So wird's gemacht:

Kürbis gut waschen, bei Bedarf schorfige Stelle abschneiden, halbieren und entkernen. Den Kürbis mit Schale in grobe Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Kartoffeln schälen und grob würfeln. Birnen ebenfalls waschen, halbieren, entkernen und in große Stücke schneiden, dann mit Birnendicksaft übergießen. Öl erhitzen, Zwiebeln darin anschwitzen, Kürbis und Kartoffeln hinzugeben und den Käse darüber bröseln. Wenn er schmilzt, die Brühe angießen. Ca. 20 Minuten garen, dann die Birnen hinzufügen und weitere etwa 10 Minuten mit garen. Die Suppe mit den Gewürzen abschmecken, pürieren und zum Schluss mit der glatt gerührten Sahne verfeinern.

Tipp:

- Zu der Suppe Vollkornbrot reichen.
- Als Dessert bietet sich ein Obstsalat oder Früchtekompott an.