

## Kürbissuppe mit gegrilltem Hokkaido-Kürbis

Hallo,

der Herbst hat Einzug gehalten und es ist die Zeit der Kürbisse. Während in den USA die Kürbisse im Grunde ganzjährig verzehrt werden, finden sie bei und in Deutschland immer speziell zum Herbst Einzug in die Supermarktregale.

Für unserer Suppe haben wir uns für einen kleinen Hokkaido-Kürbis entschieden. Diese Kürbisart kommt ursprünglich aus Japan von der Insel Hokkaido. Inzwischen



werden sie aber auch bei uns in Deutschland angebaut. Der Hokkaido-Kürbis ist einer der kleineren Vertreter der Kürbisfamilie. Er wird in der Regel zwischen 1-2 KG schwer.

Im Grunde kann man alle Kürbissorten mit Schale essen, aber da bei den meisten die Schale sehr hart ist, wäre das Kürbisfleisch schon total matschig, bis die Schale gar wäre. Beim Hokkaido ist das anders. Die Schale ist deutlich weicher. Der Hokkaido-Kürbis hat eine leicht nussige Note.

Wir werden unseren Kürbis, bevor er gegrillt wird, noch einlegen und ihn danach zu einer Suppe pürieren.

**Für 6 Personen benötigt ihr folgende Zutaten:**

- 1 kleinen Hokkaido-Kürbis
- 4 mittlere Kartoffeln
- 1 kleines Stück Ingwer
- 1 kleine Gemüsezwiebel
- 1 Bund Petersilie
- 200 ml Sahne
- 500 ml Gemüsebrühe
- Salz und Pfeffer

**Für die Marinade benötigt ihr folgende Zutaten:**

- 6 EL Erdnussöl
- 8 EL Balsamico
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Salz
- ½ TL Pfeffer
- 2 TL braunen Rohrzucker

Zu Beginn säubert ihr die Schale des Kürbisses, schneidet ihn in Spalten und



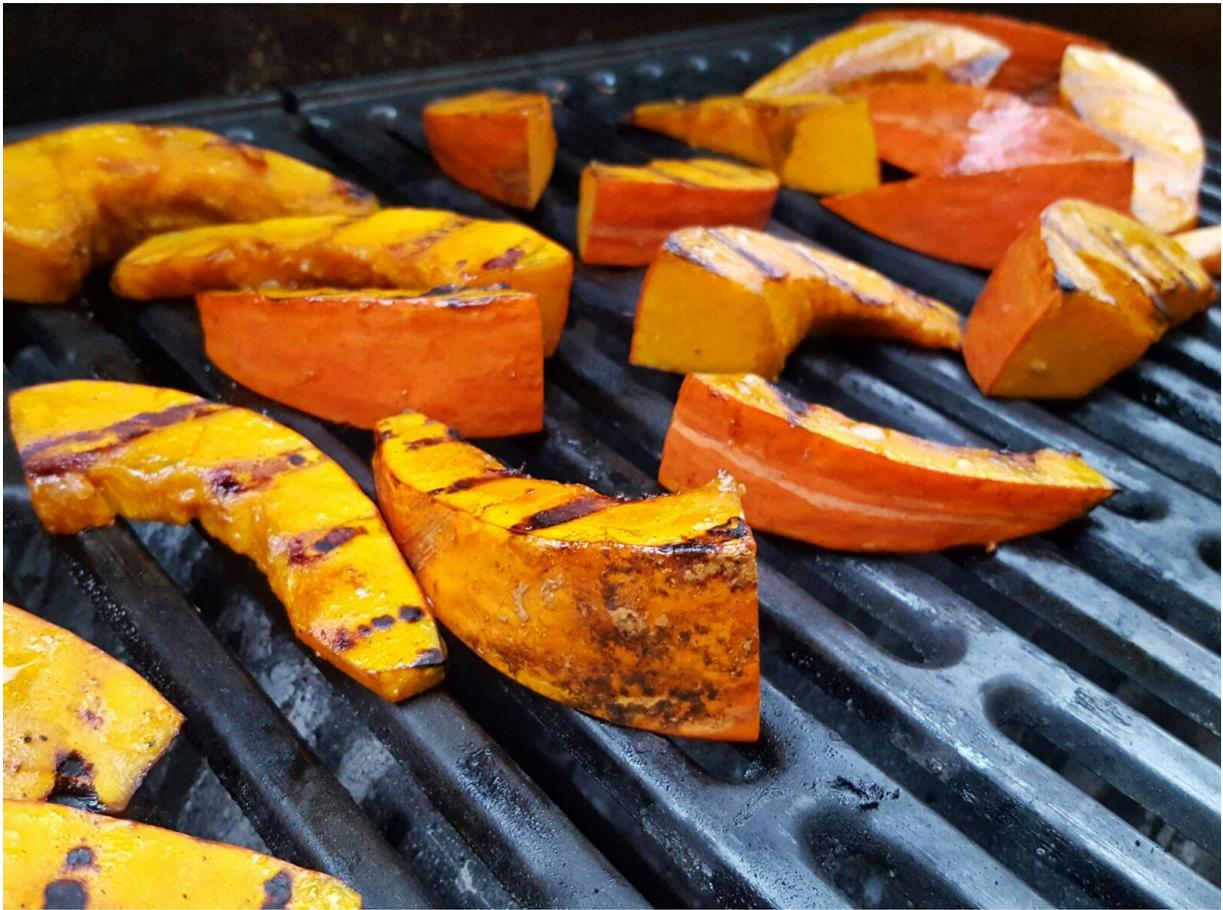
entkernt

ihn. Danach mischt ihr die Marinade. Dafür zuerst das Öl und den Balsamico zusammenrühren und dann das Salz, Pfeffer und den Zucker hinzufügen. Alles gut mischen und zum Schluss noch die Knoblauchzehe in die Marinade pressen.

Nun legt ihr die Kürbisspalten in eine große Schale, gießt die Marinade darüber und legt den Kürbis ca. 30-45 Minuten darin ein.

In der Zeit könnt ihr die Kartoffeln aufsetzen und euren Grill vorbereiten. Die Kürbisspalten werden bei ca. 200 Grad direkter Hitze jeweils ca. 3 Minuten pro Seite angegrillt und danach weitere 5 Minuten in der indirekten Hitze gegart. Die Zeitangabe ist hier allerdings relativ und ist stark davon abhängig, welchen Durchmesser eure Spalten haben. Meine Spalten sind ca. 3-4 cm dick gewesen.

Hier müsst ihr einfach zwischendurch gucken. Wenn der Kürbis gar wird, dann wird aus dem intensiven Orange des Fruchtfleisches ein deutlich Helleres.



Auf dem Grill bekommt der Kürbis nun herrliche Röstaromen und der Zucker in der Marinade karamellisiert und tut geschmacklich nun sein Übriges.

Wenn das Fruchtfleisch nicht 100% gar ist, dann ist das nicht so schlimm, denn es kann noch im Topf weiter garen.

Jetzt könnt ihr den Kürbis, die inzwischen gegarten Kartoffeln, die Zwiebel und den Ingwer in kleine Würfel schneiden.



Zusammen mit 250 ml Gemüsebrühe geht das Ganze nun in den Topf und wird mit einem Pürierstab püriert. Nach und nach gebt ihr dann die restliche Brühe hinzu. Wenn ihr direkt die ganze Brühe hinzu gebt, dann würde es zu sehr spritzen. Bei mittlerer Hitze wird das Ganze weiter gekocht.

Zu guter Letzt gebt ihr nun die Sahne und die gehackte Petersilie dazu und schmeckt das alles mit Salz und Pfeffer ab. Ich gebe immer noch mal einen kleinen Schuss der Marinade dazu mit der ich den Kürbis zu Beginn eingelegt habe. Das muss man aber nicht zwingend.



Fertig ist eine wirklich sehr leckere Kürbissuppe, die man an den kalten Tagen zusammen mit Familie genießen kann.

Übrigens kann man die marinierten und gegrillten Kürbisspalten auch ganz einfach zu einem Steak essen oder pürieren und in einem Woodpaper räuchern. Probiert es einfach mal aus.

Es würde uns freuen, wenn Ihr das Rezept auf Facebook „liked“ oder teilt.

Wenn Ihr mehr von uns sehen oder hören wollt, dann folgt uns auf Facebook oder bucht unsere Grillkurse auf [www.bergische-grillakademie.de](http://www.bergische-grillakademie.de)



[www.bergische-grillakademie.de](http://www.bergische-grillakademie.de)