



Alles in Butter

Der Genuss-Podcast mit
Carolin Courts und Uwe Schulz

Kürbis-Karottensuppe mit Kaffee

Der Name klingt seltsam und einen Schönheitspreis gewinnt diese Suppe auch nicht. Aber die Komposition funktioniert – und sie liefert ganz sicher Gesprächsstoff. Für die Wagemutigen in der Küche.

Zutaten

- 1 Zwiebel
- 1 mittelgroßer Hokkaido- oder Butternut-Kürbis
- 4 Karotten
- 45 g gemahlene Kaffeebohnen
- 1,5 l Gemüsefond
- etwas Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- n.B. etwas Chilipulver
- eine Handvoll Kürbiskerne
- etwas Kürbiskernöl
- frische Petersilie

Zubereitung

- Halbieren Sie den Kürbis und entfernen Sie die Kerne mit einem Löffel.
- Schneiden Sie den Kürbis, die Karotten und die Zwiebel in kleine Würfel.
- Erhitzen Sie etwas Olivenöl in einem Topf und dünsten Sie die Zwiebel darin an.
- Geben Sie den Kürbis, die Karotten und die gemahlene Kaffeebohnen dazu. Rühren Sie alles gut um.
- Gießen Sie den Gemüsefond dazu und lassen Sie die Suppe etwa 30 Minuten köcheln, bis das Gemüse weich ist.
- Pürieren Sie die Suppe fein.
- Schmecken Sie die Suppe mit Salz und Pfeffer ab. Lassen Sie sie einige Stunden durchziehen.
- Servieren Sie die Suppe garniert mit Kürbiskernen, etwas Kürbiskernöl und frischer Petersilie

„Alles in Butter“ vom 05.09.2026

Autor: Uwe Schulz

Redaktion: Chris Hulin