



Kürbis--Kokos- Suppe mit Erdnuss-Soya Einlage

Zutaten für ca. 4 Portionen:

- 1 Hokkaido Kürbis
- 1 Bund Suppengemüse
- 1 mittelgroße kartoffel oder Süßkartoffel
- etwas Seitenbacher Gemüsebrühe
- 3-4 Möhren
- 1 Dose cremige Kokosmilch

- 400 g Naturtofu
- 6 El Sojasoße
- 2 El ungezuckerte Erdnussbutter
- Chiliflocken
- 3 El Erdnussöl

Zubereitung in entsprechender Reihenfolge:

Tofu in kleine Würfel schneiden. Sojasoße, Erdnussbutter, Chiliflocken und Erdnussöl gut verrühren, und die Tofuwürfel darin mindestens eine Stunde marinieren.

Den Hokkaido Kürbis putzen, entkernen, in grobe Stücke schneiden. Suppengemüse und Möhren, ausser Petersilie, putzen und ebenfalls klein schneiden. Süßkartoffelartoffeln schälen und grob würfeln.

Alles in einen Topf geben und mit Wasser bedecken, 1-2 Esslöffel Gemüsebrühe hinzufügen, zum Kochen bringen, und köcheln bis das Gemüse weich ist.

Während dessen die marinierten Tofuwürfel in etwas Erdnussöl knusprig anbraten.

Die Suppe mit dem Pürierstab pürieren, Kokosmilch und Chiliflocken hinzufügen, nochmals pürieren.

Mit den Tofuwürfeln auf dem Teller garnieren.

Guten Appetit!