

# Hokkaidosuppe

## **Zutaten für 3-4 Personen:**

375 g Kürbis (Hokkaido)  
375-400 g Wasser  
1 Knoblauchzehe  
30 g Cashewnüsse oder Cashewnussmus  
13 g Gemüsebrühe  
1,5 g Salz  
12 g Schnittlauch (12 g)

---

## **Zubereitung:**

Den Kürbis waschen und in grobe Stücke schneiden. (Kerne entfernen, aber er braucht nicht geschält zu werden. So bleiben etwa 340 g übrig.)

Zusammen mit Wasser und den Cashewnüssen 15 Minuten kochen (im Thermomix bei 90-100°). Alle anderen Zutaten außer Schnittlauch hinzufügen und 2 Minuten lang pürieren (Thermomix: Stufe 7). Zum Schluss den fein geschnittenen Schnittlauch unterrühren.

Bei der Zubereitung ohne Thermomix müssen die Cashewnüsse extra mit etwas Wasser püriert werden und dann zur Suppe gegeben werden. Die Verwendung von Cashewnussmus ist jedoch noch einfacher.