

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

zu den Kürbisgewächsen gehören erstaunlich viele Gemüsesorten: die Gurken, die wahrscheinlich aus den feuchtwarmen Gebieten Afrikas stammen und schon sehr lange im tropischen Asien kultiviert werden, die nah verwandten Zuckermelonen (Gala-, Netz-, Honigmelonen) und auch die Wassermelonen, die auch aus Afrika über Asien nach Südeuropa wanderten. Und dann noch die vielen Kürbisarten, die in Mittelamerika gezüchtet wurden: gelbe Zentner, Zucchini, Zierkürbisse. Ende des 19. Jhdt.s brachten Amerikaner den Riesenkürbis nach Japan und dort wurde innerhalb weniger Jahrzehnte auf der Insel Hokkaido der kleine Kürbis mit seinem nussartigen Aroma und der sehr dünnen Schale (so daß man ihn nicht mehr schälen muß) gezüchtet, den wir als Hokkaidokürbis kennen.

Mit frischen Früßen  
Herke Katerin

Kürbissuppe mit Kümmel

- 1 kg Hokkaidokürbis - waschen, zerschneiden, Kerne entfernen  
in 0,2 Wasser weich kochen und pürieren,
  - ½ TL Kümmel, gem.
  - ½ TL Muskatnuß, gem.
  - 1 Kl. Chilischote oder gem. Chili
- } zum Kürbis geben, noch 0,2 Wasser oder Milch dazugeben und etwas köcheln lassen;
- 1 sauren Apfel, gewürfelt - hinzugeben, köcheln lassen bis sie weich sind
  - Salz - die Suppe abschmecken
  - 1 Becher Creme fraiche unterziehen, nochmals abschmecken und sofort servieren

nach griechischer Art: eine Noka-Tasse griechischen Kaffee (gesüßt) dazugeben!  
- habe ich selbst aber noch nicht ausprobiert, klingt aber interessant!

→ Guten Appetit