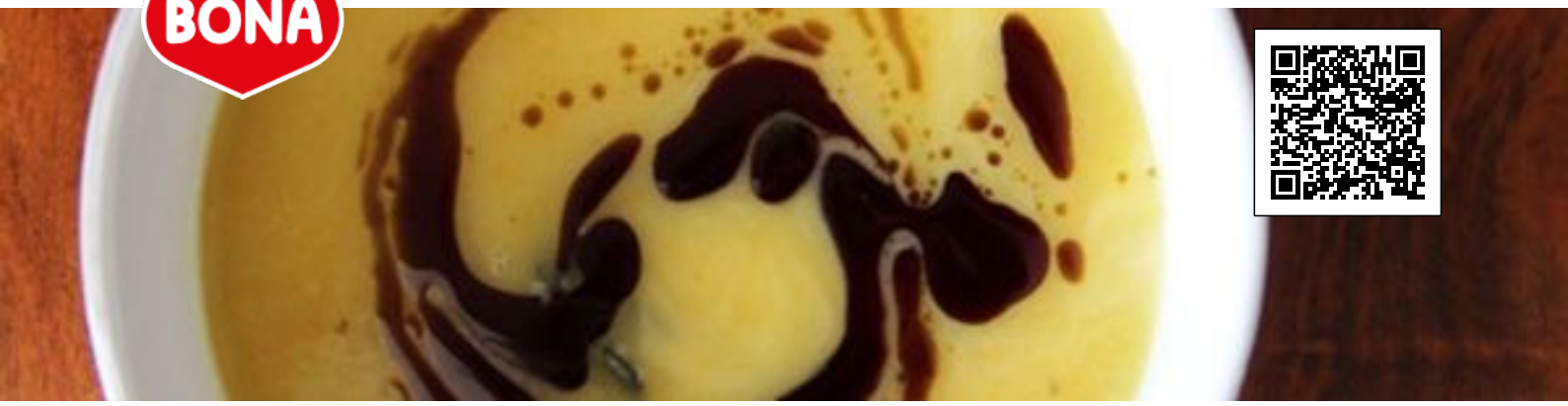
Österreichs beliebtestes Pfanzenöl.



Buttercup Kürbis-Suppe mit Kokosmilch

Zubereitung

Die Zwiebeln schälen und würfeln. Den Buttercup Kürbis schälen und würfeln.

Das BONA Pflanzenöl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Den Kürbis zugeben und mitdünsten.

Mit Gemüsebrühe aufgießen, umrühren und die Suppe ca. 40 Minuten köcheln lassen. Danach pürieren, die Kokosmilch einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kürbissuppe in Tellern anrichten, mit Kürbiskernen bestreuen und einen Schuss Kürbiskernöl darüber träufeln.

Das Rezept (mit Foto) stammt von BONAfamilie-Fan Isabella Wieser.

Zutaten

- 1 Zwiebel
- 1 Buttercup Kürbis
- 2 EL BONA Pfanzenöl
- 1 l Gemüsebrühe
- 200 ml Kokosmilch
- Kürbiskerne
- Kürbiskernöl