



1/2 Hokkaido-Kürbis  
60 g Butter  
2 Zwiebeln  
3/4 l Gemüsebrühe  
2 TL asiatische Gewürzmischung  
150 ml Sahne  
Kräutersalz  
getr. Petersilie



100 ml Milch  
50 g Mehl  
3 Eier  
1 Bund Petersilie  
1 TL Kurkuma  
500 g Chinakohl  
250 g Möhren  
1 rote Zwiebel  
30 g Ingwer  
1/2 Peperoni  
1 - 2 Zehen Knoblauch  
100 g Asianudeln  
2 EL Öl  
1,5 l Gemüsebrühe  
Sojasauce  
Salz

## Rezept für KW 18-10

### Asiatische Kürbissuppe

Den Kürbis waschen und in zwei Hälften schneiden. Kerne und Stiel entfernen und den ganzen Kürbis mit der Schale in mittelgroße Würfel schneiden. Butter im Kochtopf erhitzen und die fein gehackten Zwiebeln glasig dünsten. Gemüsebrühe und Kürbiswürfel hineingeben und 20 Minuten zugedeckt köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist. Nun die Gewürzmischung und die Sahne unterrühren und alles mit Kräutersalz abschmecken. Bei niedriger Hitze die Suppe wieder erwärmen. Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

### Asia-Chinakohlsuppe

Für die Pfannkuchen die Petersilie (auch die Stiele) fein hacken. Milch, Mehl, Ei, Salz, Kurkuma und 2 EL Petersilie verrühren, ca. 10 Min. quellen lassen. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und nacheinander 2 dünne Pfannkuchen backen. Aufrollen und in dünne Röllchen schneiden. Das Gemüse putzen, dann den Chinakohl in feine Streifen, Möhren in dünne Stifte und die Zwiebel in Spalten schneiden. Ingwer fein reiben, Knoblauch und Chili fein hacken, alles im restl. Öl andünsten. Gemüse zugeben, kurz mit dünsten, mit Brühe auffüllen und 6 - 8 Min. garziehen lassen. Mit Sojasauce abschmecken. Während die Suppe gart, die Nudeln nach Packungsanweisung garen und abtropfen lassen. Die Eier wachweich kochen. Nudeln in Portionsschalen verteilen, Suppe, Pfannkuchenstreifen, jeweils 1 halbes Ei und die restl. Petersilie darauf verteilen.