

Gabrieles



Kürbissauce

Zutaten: 1 EL Öl
100g Zwiebel klein geschnitten
500g Kürbis grob geraffelt
Dille
Salz
Paprikapulver
Sojaobers oder Sauerrahm

Zubereitung: Öl erhitzen, die Zwiebel glasig anbraten
Paprikapulver dazugeben, vermischen und sofort den Kürbis zugeben
und mit geschlossenem Deckel 10 Minuten dünsten lassen
Pürieren, mit Dille und Salz würzen, mit Obers oder Rahm verfeinern

Bild: Kürbissauce und Quinoa - Gemüsestrudel