



Foto: Land OÖ

Vegan, glutenfrei

# Kürbis – Bohnensuppe

## Zutaten: 4 Portionen

- 300 g Bohnen getrocknet
- 800 g Kürbisfleisch
- 400 g Erdäpfel mehlig
- 2 EL Olivenöl
- 100 g Zwiebel gehackt
- 8 Salbeiblätter
- 30 g Stangensellerie
- 2 Zehen Knoblauch gehackt
- Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

Bohnen über Nacht in kaltem Wasser einweichen und in frischem Wasser ca. 1 Stunde kochen. Geschnittene Kürbis- und Erdäpfelstücke zugeben und garen lassen bis das Gemüse und die Bohnen weich sind. Mit einer Gabel zerdrücken oder pürieren, mit Gewürzen abschmecken und beiseite stellen.

Zwiebel, Knoblauch, Salbei und geschnittenen Sellerie in Öl anbraten und die Suppe damit verfeinern.

TIPP

Geschmacklich wird die Suppe ideal ergänzt mit in etwas Knoblauchöl gerösteten Vollkornbrotwürfeln.