



Nordafrikanische Kürbis-Linsen-Suppe

mit Käsepizza Berber-Art



ca. 30min



3-4 Personen

Lust auf Suppe? Wir auch! Vor allem, wenn sie so herzhaft daherkommt wie dieses Kürbis-Linsen-Süppchen, das durch leckere Harissapaste ganz besonders aromatisch wird. Bestreut wird es mit knackig gerösteten Kürbiskernen und frischen Tomaten. Das Beste ist aber die knusprig-cremige Käsepizza nach Berber-Art, die wir zum Eintunken dazu servieren – inspiriert von einem nordafrikanischen Teiggericht mit leckerer Füllung.

- 2 kleine Bio-Hokkaidokürbisse
- 1 Zwiebel
- 2 Tomaten
- 200g rote Linsen
- 2 Pck. Pizzateig ¹
- 2 Pck. Za'atar-Gewürzmischung ₃
- 200g junger Gouda, gerieben ²
- 25g Kürbiskerne
- 2 Pck. Harissa

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen und Backblech
- kleine Auflaufform
- großer Topf mit Deckel
- Stabmixer
- Messbecher

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1175kcal, Fett 42.5g,
Kohlenhydrate 142.2g, Eiweiß 43.9g



4. Pizza vorbereiten

2. Gemüse anbraten

5. Pizza backen

3. Suppe köcheln

6. Suppe pürrieren

Die **Harissapaste nach Geschmack** in den Topf rühren, dann die **Suppe** mit einem Stabmixer glatt pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Kürbis-Linsen-Suppe** auf tiefe Teller verteilen, mit den **Tomatenwürfeln** und den **Kürbiskernen** garnieren und mit jeweils ½TL Olivenöl beträufeln. Die **Käsepizza** in Stücke schneiden und dazu servieren.