

## Crema de calabaza estiria



**Entrantes**

Tipo de  
receta



**60 minutos**

Preparación



**Fácil**

Dificultad



### Ingredientes para 6 personas

1 cebolla pequeña  
40 gr de mantequilla  
2 pimientos  
500 gr de calabaza  
¾ l de agua  
sal  
comino  
ajo  
hierbas frescas  
50 ml de nata líquida  
aceite de pipas de calabaza estirio IGP

### Preparación

Picar la cebolla y pocharla en mantequilla. Añadir el pimiento bien cortado y los trozos de calabaza y rehogarlo un poco. Añadir el agua y el comino, la sal y la pimienta y un ajo picado y dejarlo cocer ligeramente a fuego medio hasta que la pulpa de la calabaza esté blanda. Una vez cocido añadir las hierbas frescas picadas y hacer un puré con la batidora, al final añadir un chorrito de nata y darle un último hervor. Poner la sopa en platos hondos y echarle 1 ó 2 cucharadas de aceite pipas de calabaza estirio.

**Fuente de la receta: Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. / Foto: Stefan Kristoferitsch**