

Kürbis-Cannelloni mit Röstgemüse

ZUTATEN (für 4 Portionen)

2,5 EL Kürbiskerne
1 Bio-Zitrone
1 Bund Petersilie
7 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer
Muskat
540 g Hokkaido-Kürbis
2 Kartoffeln
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Dose Tomaten
35 g Parmesan (Stück)
140 g Crème fraîche
0,5 Chilischote (rot)
140 g Ricotta
16 Cannelloni
1 TL Honig
3 Möhren
3 Paprika (rot und gelb)
1 Bund Lauchzwiebeln

ZUBEREITUNG

Zeitaufwand: 100 Minuten

Zunächst müssen Sie die Kürbiskerne klein hacken und in einer großen Pfanne ohne Fett anrösten. Sodann die Zitrone heiß waschen und die Schale abreiben. Petersilie waschen, hacken und alle vorbereiteten Zutaten mit dem Öl verrühren sowie würzen.

Anschließend können Sie den Kürbis waschen, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Ebenso die Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. Beide Zutaten zusammen in Salzwasser ca. 15 Minuten weichkochen.

Parallel können Sie die Zwiebel und den Knoblauch schälen, klein hacken und in heißem Öl andünsten. So dann die Tomaten mit Saft hinzufügen, zerdrücken, aufkochen und für ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Nun den Parmesan reiben und mit Crème fraîche verrühren. Chili entkernen, waschen und hacken und den ausgedampften Kürbis zerstampfen. Ricotta und Chili unterrühren – mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Das Püree können Sie einfach mit einem Spritzbeutel in die Cannelloni füllen. So dann die Tomatensoße mit Salz, Pfeffer und Honig würzen und ca. die Hälfte in eine Form (30 cm lang) streichen. Cannelloni darauf anrichten und die restliche Soße darüber verteilen und mit Parmesan-Crème fraîche verstreichen. Das Ganze im heißen Ofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 175 °C/Gas: Stufe 3) für 35 bis 40 Minuten backen.

Zuletzt die Möhren, Paprika und Lauchzwiebeln schälen und in Scheiben sowie grobe Stücke schneiden und mit 2 – 3 EL Öl in der Pfanne erhitzen. Das Gemüse muss darin für 10 bis 15 Minuten braten und wird mit den Cannelloni und Kürbiskern-Pesto angerichtet.

Kürbis-Spinat-Pfanne mit Hackbällchen

ZUTATEN (für 4 Personen)

2 EL geschälte Sesamsaat
600 g Hokkaido-Kürbis
200 g Baby-Blattspinat
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
500 g gemischtes Hackfleisch
3 EL Semmelbrösel
1 Ei (Größe M)
1 1/2 TL mittelscharfer Senf
Salz
Pfeffer
2 EL Öl
200 ml Gemüsebrühe
150 g Ziegenfrischkäse

ZUBEREITUNG

Zeitaufwand: 40 Minuten

Sesam in einer Pfanne ohne Fett braun rösten, herausnehmen. Kürbis gründlich waschen, in dünne Spalten schneiden und Kerne herauskratzen. Spalten halbieren. Spinat verlesen, waschen und abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln

Hack, Semmelbrösel, Ei, Senf, Zwiebel, Knoblauch, 1 gestrichenen TL Salz und 1/2 gestrichenen TL Pfeffer verkneten. Aus der Hackmasse ca. 8 kleinere Bällchen formen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Hackbällchen darin unter Wenden bei mittlerer Hitze 9–10 Minuten braten, herausnehmen

Kürbis ins heiße Bratfett geben, unter Wenden 5–6 Minuten braten. Brühe angießen, Spinat zugeben, zugedeckt dünsten, bis der Spinat vollständig zusammengefallen ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Hackbällchen hineingeben, erneut erwärmen. Käse darüberbrökeln, etwas schmelzen lassen und mit Sesam bestreuen. Dazu schmeckt geröstetes Graubrot.

Wir wünschen einen guten Appetit!



GALERIA
RESTAURANT