

Dreierlei Kürbis - Rezept von Benedikt Faust

Für viele Dinge gibt es geteilte Meinungen. Doch bei einer Sache kennt Benedikt Faust keine Kompromisse: Herbstzeit ist Kürbiszeit! 🍂🎃 Mit raffiniertem Dreierlei zeigt er, wie vielseitig das Herbstgemüse sein kann.

Rezept herunterladen

Zutaten

- **Geschmorter Kürbis**
 - ganzer Kürbis
 - 1/2 TL Chilliflocken
 - 1/2 TL Curry
 - 1/2 TL Koriander gemahlen
 - 4 EL Olivenöl
 - Salz und Pfeffer
- **Börek mit Kürbis**
 - 100 g Walnusskerne
 - 100 g Kürbiswürfel aus dem ganzen Kürbis
 - 75 g Fetakäse
 - 75 g frischer Spinat
 - 50 g geschmolzene Butter
 - 1 EL Sesamkörner
 - 1 Yufka- oder Filoteig mit 5 Einzelblättern
 - 1 Eigelb
- **Kürbissuppe**
 - 300 g Kürbis (Hokaido oder Butternut)

- 200 g Karotten
 - ca. 30 g Ingwer
 - 1 kleine Zwiebel
 - 1 EL Butter
 - 300 g Gemüsebrühe
 - 180 ml Kokosmilch
 - Salz und Pfeffer
 - Schale von 1 Zitrone
 - Koriandergrün
-

Zubereitung

Für den geschmorten Kürbis

Schritt 1

Den Kürbis vorsichtig „köpfen“ also in etwa 2 Finger breit den Deckel entfernen.

Schritt 2

Das Kerngehäuse komplett mit einem Löffel herausschaben.

Schritt 3

Die Gewürze mit dem Öl verrühren und mit einem Pinsel das Innere des Kürbis großzügig bestreichen.

Schritt 4

Jetzt in den vorgeheizten Backofen bei 140 Grad, je nach Größe, zwischen 30–90 Minuten garen.

Schritt 5

Wenn man mit einer Gabel das Innere leicht einstechen kann, ist der Kürbis fertig.

Schritt 6

Dann aus dem Ofen nehmen und mit einem Löffel oder Messer vorsichtig das innere Fleisch heraustrennen und für die Börek in kleine Würfel schneiden und weiterverarbeiten.

Für Börek mit Kürbis

Schritt 1

Backofen auf 180°C vorheizen.

Schritt 2

Walnusskerne klein hacken und mit den Kürbiswürfeln, dem fein gewürfelten Fetakäse und dem grob gehackten Spinat vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Schritt 3

1 Teigblatt des Yufka-Teig der Länge nach halbieren und mit etwas geschmolzener Butter bepinseln.

Schritt 4

Auf der Längsseite am Rand einen Streifen Füllung auf das Teigblatt geben (ca. 2 cm) und aufrollen. Den Rand mit etwas Eigelb bepinseln und den Teig verschließen.

Schritt 5

Jetzt wieder mit Butter bepinseln und mit Sesam bestreuen. Dann im Ofen, je nach Dicke, ca. 8-12 Minuten backen.

Für die Kürbissuppe

Schritt 1

Kürbis, Karotten, Ingwer und Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Nach und nach die Zwiebeln, gefolgt von Ingwer und Karotten in Butter anschwitzen.

Schritt 2

Mit der Brühe aufgießen und ca. 15-20 Minuten weichkochen. Dann sehr fein pürieren, eventuell durch ein Sieb streichen.

Schritt 3

Die Kokosmilch unterrühren, mit Salz, Pfeffer, Sojasauce und Zitronenabrieb abschmecken.

Schritt 4

Mit Koriander garnieren.

Benedikts „Faust“regel:

Mit diesen Produkten wird's besonders lecker



KITCHENAID®
KSM125MP Artisan
Küchen- maschine, mit
Flex- Rührer und Edelstahl-
schüssel, 3tlg.-Set

€ 479,99



WOLL® Diamond Active
Lite 22x22cm Kochtopf mit
integriertem Siebeinsatz

€ 159,98



KOCHBLUME®
Gewürzmühlen inkl.
Auffangkappe 5
verstellbare Mahlgrade, 2
Stück

€ 54,99



EASIYO Joghurt
griech. Art Frucht
für 4kg sortenrei

€ 22,99

€ 23,95 - € 27,37

