

## Rezepte mit Kürbis

### **Kürbis-Lasagne**

(4 Portionen)

<p><u>Füllung:</u></p> <p>2 Stangen Lauch 500 g Kürbis (geputzt)</p> <p>1 Zwiebel 2 Knoblauchzehen 2 EL Öl 500 g gemischtes Hackfleisch 50 g Tomatenmark 125 ml trockener Weißwein (oder Gemüsebrühe) 125 g Creme fraiche Salz, Pfeffer</p> <p><u>Sauce:</u></p> <p>40 g Butter 40 g Mehl ½ l Milch Muskatnuss</p> <p><u>Außerdem:</u></p> <p>Etwas weiche Butter 300 g Lasagneblätter (ohne Vorkochen) 75 g geriebener Käse</p>	<p>Den Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Den Kürbis entkernen, ggf. schälen und in feine Stifte schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen, klein würfeln und im heißen Öl glasig dünsten.</p> <p>Das Hackfleisch dazugeben und krümelig braten. Lauch, Kürbis und Tomatenmark dazugeben.</p> <p>Mit der Flüssigkeit ablöschen und zugedeckt 5 Minuten schmoren lassen. Creme fraiche unterrühren und kräftig abschmecken.</p> <p>Die Butter zerlassen und das Mehl einrühren. Die Milch nach und nach unter ständigem Rühren eingießen. Aufkochen lassen und 3 Minuten unter rühren köcheln lassen. Abschmecken. Den Backofen auf 190 °C vorheizen.</p> <p>Die Form einfetten, mit Lasagneblättern auslegen. 1/3 der Hackfleischfüllung darauf verteilen und mit 1/4 der Sauce beträufeln. Lagenweise weiter schichten. Mit Lasagneblättern und Sauce abschließen. Mit Käse bestreuen. Bei 170 °C Umluft für ca. 50 Minuten backen.</p>
--	--

### **Kürbispüree**

(4 Portionen)

<p>1 kleiner Kürbis 400 g mehlig Kartoffeln</p> <p>1 TL Salz</p> <p>200 ml Sahne Salz und Pfeffer</p>	<p>Den Kürbis schälen, entkernen und würfeln. Die Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. Die Kürbiswürfel zusammen mit den Kartoffeln und etwas Salz ca. 20 Minuten im geschlossenen Topf garen. Evtl. etwas Wasser zugeben. Anschließend pürieren. Die Sahne einrühren. Das Püree mit Salz und Pfeffer würzen.</p>
---	---

### **Kürbis-Rahm-Gemüse** (als Beilage)

(4 Portionen)

<p>1 kg Kürbisfruchtfleisch 2 EL Butter 2 EL Ahornsirup 4 Lauchzwiebeln  1/8 l Gemüsebrühe  etwas Salz 1/8 l Schlagsahne</p>	<p>Das Kürbisfleisch würfeln. Butter und Ahornsirup schmelzen. Das Kürbisfleisch darin einige Minuten karamellisieren. Die Lauchzwiebeln in dünne Scheiben schneiden und zugeben. Mit der Gemüsebrühe auffüllen und ca. 20 Minuten garen. Mit Salz abschmecken. Die Schlagsahne kurz vor dem Servieren unterheben.</p> <p>Um das Ganze gehaltvoller zu gestalten und von einer Beilage zu einer vollwertigen Mahlzeit aufzuwerten, kann man auch sehr gut ungefähr 800 g gewürfelte Kartoffeln mitgaren.</p>
--	--

### **Kürbisküchlein**

(4 Portionen)

<p>350 g Kürbis (geputzt) 300 g Möhren 300g Lauch 4 EL Mehl 2 Eier  Salz, Pfeffer 1 TL Currypulver Öl zum Braten</p>	<p>Das Kürbisfleisch und die geputzten Möhren raspeln.  Den Lauch putzen und in dünne Ringe schneiden. Kürbis, Möhren und Lauch in einer Schüssel mit dem Mehl und den Eiern vermengen.</p> <p>Abschmecken.</p> <p>Jeweils 1 Esslöffel der Masse in das heiße Öl setzen und etwas flach drücken. Die Küchlein von beiden Seiten in ca. Minuten knusprig braten. Dazu Kräuterquark servieren.</p>
--	--

### **Kürbis-Möhren-Frischkäse**

(4 Portionen)

<p>150 g Kräuterfrischkäse 2 EL Milch 1 Prise Salz und Zucker 50 g Kürbis (geputzt) 1 Möhre 2 EL gehackte Walnuskerne</p>	<p>Den Frischkäse mit der Milch glatt rühren und mit Salz und Zucker abschmecken.</p> <p>Den Kürbis schälen, entkernen und fein raspeln. Die geputzte Möhre ebenfalls fein raspeln. Die Raspeln unter die Käsemischung rühren. Zum Schluss die Walnüsse unterziehen.</p>
---	--

## Kürbiscremesuppe

(4 Portionen)

500 g Kürbisfleisch (geputzt) 2 Zwiebeln Öl 600 ml Gemüsebrühe  150 ml süße Sahne Salz, Pfeffer Kürbiskerne  Etwas Saure Sahne Etwas Kürbiskernöl	<p>Den Kürbis ggf. schälen, Kerne entfernen und das Fleisch würfeln.</p> <p>Die Zwiebeln würfeln, im Öl glasig dünsten. Den Kürbis dazu geben und ebenfalls andünsten.</p> <p>Mit Gemüsebrühe auffüllen und ca. 25 Minuten weich kochen. Die Suppe pürieren.</p> <p>Die Sahne unterrühren.</p> <p>Würzen.</p> <p>Die Kürbiskerne ohne Fett in einer trockenen Pfanne anrösten.</p> <p>Die Suppe in Teller füllen, in die Mitte einen Klecks saure Sahne setzen und mit etwas Kürbiskernöl (ist sehr geschmacksintensiv) beträufeln. Mit den gerösteten Kernen bestreuen und servieren.</p> <p>Die Suppe erhält eine fruchtige Variante, wenn 1 bis 2 säuerliche Äpfel mitgedünstet werden. Zur Abwandlung können auch Kartoffeln verwendet werden.</p>
--	--

## Kürbis-Quiches mit Speck

(12 Stück, Muffinblech)

250 g Mehl und Mehl zum Arbeiten 100 g weiche Butter Salz 100 g Frischkäse 1 Eigelb 400 g Hokkaido-Kürbis  2 Zwiebeln 75 g Speck 2-3 EL Öl 2 EL gehackte Petersilie  Fett für das Blech  4 Eier 200 ml Milch 2 TL Senf Pfeffer 30 g ger. Emmentaler	<p>Mehl, Butter, Salz, Frischkäse und Eigelb zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Folie wickeln und für 1 Stunde kühl stellen.</p> <p>Den Kürbis waschen, Kerne entfernen und das Fleisch mit Schale grob raspeln.</p> <p>Zwiebeln schälen. Zwiebeln und Speck fein würfeln.</p> <p>Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Speck darin anbraten. Herausnehmen, abkühlen lassen, mit dem Kürbis und Petersilie mischen.</p> <p>Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen.</p> <p>Muffinblech fetten. Teig dünn ausrollen. Aus dem Teig 12 Kreise ausstechen und in die Förmchen legen. Die Kürbis-Mischung auf die Teigböden verteilen.</p> <p>Eier mit Milch und Senf verquirlen, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Den Guss über den Kürbis gießen und mit Käse bestreuen.</p> <p>Quiches etwa 30 Minuten backen.</p>
---	--

## Kürbis-Apfel-Salat

(4 Portionen)

<p>3 EL Majonäse 150 g Naturjoghurt 1 TL mittelscharfer Senf 1 TL geriebener Meerrettich (Glas) 2 EL Weißwein oder Apfelsaft Salz, Pfeffer, Zucker 1 EL gehackte Petersilie</p> <p>300 g Kürbis (geputzt) 50 g Walnusskerne 200 g Emmentaler 200 g gekochter Schinken 2 große Äpfel 2 EL Zitronensaft</p>	<p>Die Zutaten für die Marinade in einer Schüssel verrühren.</p> <p>Den Kürbis schälen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser ca. 1 Minute blanchieren. In einem Sieb abtropfen lassen. Die Nüsse grob hacken. Den Schinken in Streifen schneiden. Die Äpfel waschen, das Kerngehäuse entfernen und in Stifte schneiden, mit Zitronensaft beträufeln. Kürbis, Walnüsse, Käse Schinken und Äpfel zu der Marinade geben und alles gut vermischen. Dazu schmeckt Baguette.</p>
---	---

## Apfel-Kürbis-Speise

(4 Portionen)

<p>400 g Kürbisfleisch (geputzt) 400 g Äpfel Saft von ½ Zitrone 500 ml Apfelsaft 3 EL Zucker je 5 Blatt weiße und rote Gelatineblätter</p> <p>150 g Sahne</p>	<p>Den Kürbis schälen, Kerne entfernen und das Fleisch grob raspeln. Die Äpfel schälen, das Kerngehäuse entfernen, raspeln und sofort mit dem Zitronensaft mischen. Kürbis- und Apfelraspel in eine Schüssel geben, mit dem Saft und Zucker mischen. Die Gelatineblätter 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Tropfnass in einem Töpfchen bei schwacher Hitze auflösen. Sorgfältig unter die Saft-Frucht-Mischung rühren und für 1 Stunde in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen. Die Sahne steif schlagen und zu der Speise servieren.</p>
---	---

## Kürbiskonfitüre

<p>500 g Äpfel (geputzt) 500 g Kürbis (geputzt)</p> <p>Saft von 3 Zitronen Abgeriebene Schale von 1 Orange 1 kg Gelierzucker 1 Teelöffel Zimt</p>	<p>Äpfel schälen, entkernen und würfeln. Kürbis schälen, Kerne entfernen, Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Beides mit Zitronensaft, Orangenschale und Gelierzucker mischen und über Nacht stehen lassen.</p> <p>Am nächsten Tag die Masse aufkochen und 3 Minuten sprudelnd kochen lassen. Zimt unterrühren. Konfitüre in vorbereitete, sterile Gläser füllen, verschließen und auf den Kopf stellen.</p>
---	---