

Überbackener Spaghettikürbis

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

1 Spaghettikürbis, Salz, 100 g Mozzarella, 100 g Gouda, 50 g Parmesan, Pfeffer, Olivenöl für die Form

Zubereitung:

Spaghettikürbis im Ganzen in reichlich Salzwasser weichkochen. Der Länge nach halbieren. Die Kerne entfernen, das Fruchtfleisch mit einer Gabel (in Längsrichtung) lockern und herauslösen. Die Kürbisschalen in eine gefettete Form legen. Das Spaghettigemüse pfeffern und locker in die Schale füllen. Käse vermischen, und auf dem Gemüse verteilen. Bei 200 °C im Backofen überbacken.

Spaghettinikürbis-Salat

1 Spaghetti-Kürbis mittlerer Größe ca. 30 Minuten im Backofen garen. Er ist gar, wenn man ihn mit dem Messer leicht einstechen kann. Dann den Kürbis in der Mitte längst durchschneiden und die Kerne entfernen. Anschliessend das Kürbisfleisch mit einer Gabel vorsichtig heraus Schälen - so das die Fadenstruktur, die sich beim Kochen gebildet hat, erhalten bleibt.

200g Spaghetti oder Spaghettini kochen. **250 Gramm (bunte) Tomaten** oder **100 Gramm getrocknete Tomaten**,

eine **kleine Zucchini**, **1/2 Fenchelknolle** und

3 Lauchzwiebeln klein schneiden.

Das Kürbisfleisch mit den Nudeln und dem Gemüse vermengen.

1 Becher Schmand, etwas **Balsamico** und **2 EL Senf** mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und als Dressing unter die

Nudel-Gemüsemischung heben.

Mit einer **Hand voll essbarer Blüten** garnieren.

Weisse Kürbissuppe

750 g Fleisch vom weißen Patissonkürbis

würfeln

2 große Zwiebel

pellieren und würfeln

2 EL Alsan (Pflanzenmargarine)

im Topf erwärmen, Patissonfleisch und Zwiebelwürfel zugeben und andünsten. Mit

½ L Gemüsebrühe

ablöschen, ca. 20 Min. gar kochen. Mit

2 EL Zitronensaft,

0,2 l Sahne,

Meersalz

und

1 Prise Muskat

abschmecken.

Servieren mit einem Schuss Hagebuttensauce.

Grüne Kürbissuppe

1 großer grüner Hokkaido
1 Gemüsezwiebel
100 g Alsan
1 l Gemüsebrühe
2 Knoblauchzehen

und
würfeln und in
andünsten mit
aufgießen und mit
zusammen 45 Min. gar kochen. Pürieren und eventuell mit
etwas Meersalz abschmecken.

Gelbe Kürbissuppe

500 g gelben Hokkaido- oder Butternutkürbis

waschen (den Butternut schälen!), vierteln, das
Kerngehäuse entfernen und bei 170 °C im Backofen
15 Minuten lang rösten.

2 EL Olivenöl
1 Zwiebel,
1 Knoblauchzehe,

im Topf erhitzen
würfeln und mit
gewürfelt zu dem Olivenöl geben, 5 Min. glasig dünsten.
Den Kürbis würfeln und zu den Zwiebeln geben. Mit

1/2 l Gemüsebrühe
1/2 l Apfelsaft
250 ml Kokosmilch(oder Sahne)
Salz, Pfeffer
1 EL Curry (Indien)

und
ablöschen. Mit
und
abschmecken.

Wer mag, püriert die Suppe.

Kürbis-Hagebuttenchutney

Zutaten:

700 g Hagebutten, 2 Zwiebeln, 3 säuerliche Äpfel, 100 g Weinbeeren, 200 g Butternutkürbisfleisch,
300 g Rohrohrzucker, 200 ml Apfelessig, 1 Teelöffel Senfkörner zerstoßen, 1 Teelöffel Paprika scharf,
1 walnussgroßes Stück Ingwer fein gewürfelt, Apfelsaft

Zubereitung:

Hagebutten waschen, dann von Stielen und den schwarzen Blütenresten befreien und vierteln. Hagebutten mit
wenig Apfelsaft weich dämpfen. Masse durch ein Sieb oder Flotte Lote passieren. Zwiebeln schälen und fein
würfeln. Bei den Äpfeln das Kerngehäuse entfernen und grob würfeln. Zwiebel- und Apfelwürfel, Weinbeeren,
Kürbisfleisch, sowie Gewürze, zum Mus geben und bei offenem Topf unter Rühren köcheln lassen, bis die
Flüssigkeit weitgehend verdampft ist. Heiß in Gläser füllen und verschließen

Gefüllter Patisson

Zutaten:

2 Patisson Durchmesser ca. 10-12 cm oder ein großer Patisson, 250 g Magerquark, 100 g Räuchertofu, 1 Ei,
1 Zwiebel, 60 g Gouda gerieben, Pfeffer, Salz, Paprika, 1/2 Tasse Brühe

Zubereitung:

Bei der Patisson um den Steilansatz einen Deckel wegschneiden und die Kerne herausnehmen. Je nachdem auch
noch etwas vom Fleisch. Die Patisson im Backofen während etwa 15 Minuten bei 180 Grad bissfest garen. Nun
den Tofu in feine Streifen schneiden und in einer Bratpfanne anbraten, hat der Tofu leicht Farbe angenommen
die kleingewürfelte Zwiebel dazugeben und glasig dünsten. Kühl stellen.

Das Patissonfleisch klein würfeln und mit dem Quark, dem Käse und dem Ei zum Tofu geben und alles gut
vermischen. Mit Pfeffer, Paprika und Salz kräftig würzen.

Die Brühe in eine Auflaufform gießen, die Patisson hineinsetzten und mit der Quarkmasse füllen. Die Deckel
darauf setzen und während 30-40 Minuten bei 200 Grad (Umluft) fertig garen.

Kürbisbratlinge

Zutaten:

800 g Kürbisfleisch (Hokkaido oder gelber Zentner), 4 EL Dinkelvollkornmehl, 250 g Fetakäse, 2 Eier, 1 Bund Kräuter, 1 TL Salz, Pfeffer, Knoblauch, Muskat, 100 g Semmelmehl

Zubereitung:

Kürbisfleisch grob raspeln, Fetakäse fein würfeln. Mit den Eiern und Gewürzen gut mischen. So viel Semmelmehl zugeben, bis die Masse etwas fester ist. Mit feuchten Händen Bratlinge formen und in heißem Bratöl goldbraun backen.

Kürbisketchup

750 g Kürbisfleisch von Futsu Black, geputzt gewogen	in kleine Würfel schneiden und mit
250 g Zwiebeln	fein gehackt, sowie
500 ml Apfelessig	vermengen und ca. 40 Min. kochen lassen.
400 g Zucker	mit
1 Pck Geliermittel auf Pektinbasis	,
1 TL Lebkuchengewürz	,
2 TL Paprika scharf	,
1 TL Kräutersalz (je nach Geschmack)	und

Den Zucker mit den Gewürzen zu dem Kürbis geben und weitere 10 Min. mit geöffnetem Deckel kochen. Das heiße Ketchup vorsichtig pürieren, in die Flaschen füllen und verschließen.

Kürbisauflauf

Zutaten:

800 g Kürbis Butternuss, 120 g Dinkelmehl, etwas Kürbiskernöl, 3 Tomaten, Salz, Pfeffer, Knoblauch, 1 Bund Kräuter, 120 g Hartkäse, gerieben, 40 g Paniermehl

Zubereitung:

Kürbis schälen und würfelig schneiden. Tomaten blanchieren, schälen und würfelig schneiden. Kürbiswürfel in Dinkelmehl wenden, Kürbis- und Tomatenwürfel mischen und in eine gefettete Auflaufform füllen. Würzen und mit Öl beträufeln.

Bei 180 °C ca. 1 Stunde backen. Kurz vor Backende den Auflauf mit geriebenem Käse und Paniermehl bestreuen und weiterbacken, bis sich eine schöne Kruste bildet.

Dazu schmeckt frisches Roggenbrot.

Pikanter Kürbis mit Holunderbeere

Zutaten:

700 g Muskatkürbis, 300 g Holunderbeeren, 1 TL Zimt, 1 TL Curry, 1 TL Paprika süß, 400 ml Apfelessig, Zitronenschale, 1/2 kg Rohrohrzucker oder Honig

Zubereitung:

Kürbis in Würfel schneiden und in Gläser füllen, die Holunderbeeren säubern und über die Kürbisstücke verteilen. Essig mit den Gewürzen und dem Rohrohrzucker aufkochen, über die Früchte gießen und bei 180°C ca. 30 Minuten lang im Backofen einkochen.

Köstlich zu Käse!

Kürbis-Apfel-Konfitüre

Rezept für 4 Gläser

Zutaten:

4 Äpfel, 600 g Butternut-Kürbis, 2 TL Zimt, 200 ml Apfelsaft, 200 ml trockener Weißwein, 1 Bio-Zitrone (Saft und Schale), 300 g Rohrzucker, 1 Pck. Pektinigeliermittel

Zubereitung:

Äpfel und Kürbis schälen, entkernen und beides klein würfeln. In einem Topf mit dem Zimt, dem Apfelsaft, dem Weißwein erhitzen und ca. 10 Minuten kochen lassen. Rohrzucker mit dem Geliermittel mischen und zu dem Obst geben und aufkochen lassen. Noch heiß in saubere Gläser abfüllen, gut verschließen und auskühlen lassen.

Kürbiskuchen

Zutaten:

250 g Fitsu Black Kürbis, 250 g Alsan, 250 g Rohrzucker, 5 Eier, 250 g geriebene Walnüsse, Saft 1 Zitrone, 1 Prise Salz, 250 g Vollkornmehl, 2 TL Backpulver, 1/2 TL Zimt.

Zubereitung:

Butter, Zucker und Eigelb schaumig rühren, geschälten fein geraspelten Kürbis unterheben. Eischnee schlagen, Mehl mit den trockenen Zutaten vermischen und vorsichtig mit dem Eischnee und der Kürbiseigelbmasse vermischen. In eine Kastenform füllen.

Bei 160 °C 1 Stunde backen. Der Kuchen entfaltet sein volles Aroma erst am nächsten Tag.

Kürbiskompott

Für 6 Personen

Zutaten:

750 g Butternut-Kürbisfleisch, gewürfelt
¾ l Apfelsaft
Saft von 2 Zitronen
½ TL Zimt
1 TL geriebener Ingwer

Zubereitung

Aus dem Apfelsaft, der Zitrone, Zimt und Ingwer einen Sud kochen. Dann etwa 1 cm große, gleichmäßige Kürbisstücke dazugeben; möglichst nur ziehen lassen, bis die Stückchen glasig werden.

Vor dem Servieren das Kompott stehen lassen, bis es gut durchgezogen ist.

Kürbismousse

400 g Kürbisfleisch vom Butternuss/Muskat-Kürbis fein raspeln und mit
1000 ml Orangensaft,
4 Messerspitzen Curry,
1 TL gemahlener Vanille
1 TL gemahlenem Zimt
2 TL Agar Agar und
200 g Rohrzucker aufkochen.
Die Kürbismasse abkühlen lassen.
500 ml Sahne steif schlagen und unter die gelierte Kürbismasse heben.

Gut gekühlt mit einer Prise Zimt servieren.