



SLOW GOODS

Bild & Rezept: Nikolas Kerl

Hokkaidokürbis mit Kräuterseitlingen

Zubereitungszeit ca. 30 min

Für 4 Personen als Beilage

Zutaten

1 grosser Hokkaidokürbis, ca. 1 kg
250 g Kräuterseitlinge
½ Bund Frühlingszwiebeln
10 g Ingwer
200 g Crème Fraîche
1 EL Butter
Etwas Olivenöl
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Ofen vorheizen
Den Ofen bei Ober- und Unterhitze auf 180° C vorheizen.

Hokkaidokürbis rüsten

Den Hokkaidokürbis waschen, halbieren und die Kerne sowie die Fasern mit einem grossen Esslöffel auskratzen. Die Hälften in fingerdicke Schnitze schneiden. Die Schale des Hokkaido lasse ich dran, sie schmeckt vorzüglich und wird beim Backen im Ofen genauso zart wie der Kürbis selbst.

Kürbisschnitze würzen & backen

Die Schnitze auf ein Backblech mit Backpapier legen. Mit etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen, für ca. 10–15 Min. in den Ofen geben. Nach 10 Min. mit einer Gabel prüfen, ob die Schnitze schon weich sind.

Crème Fraîche mit Ingwer zubereiten

In der Zwischenzeit den Ingwer schälen und auf einer Küchen- oder Ingwerreibe klein raspeln. In eine Schale geben und mit der Crème Fraîche vermengen, mit etwas Salz abschmecken. Kaltstellen.

Kräuterseitlinge putzen & anbraten

Die Kräuterseitlinge putzen, nicht schneiden, sondern im Ganzen in einer Pfanne mit der Butter bei mittlerer Hitze anbraten und etwa 10 Min. garen lassen.

Anrichten & servieren

Die Frühlingszwiebeln – inklusive dem Grün – sehr fein schneiden. Die Kürbisschnitze auf einer Platte anrichten, die Kräuterseitlinge hinzugeben und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss mit den Frühlingszwiebeln garnieren. Die Ingwer-Crème-Fraîche entweder gleich darauf anrichten oder dazu reichen.



Entdecke dieses und weitere Rezepte im
[Culinarium - Der Foodblog von Slow Goods](http://www.slowgoods.ch/blogs/culinarium)
www.slowgoods.ch/blogs/culinarium

