



LECKERES rund um den Kürbis

Kürbis-Pfannkuchen (für 4 Personen)

Für den Teig

- 100 g Mehl
- $\frac{1}{8}$ l Milch
- 2 Eier
- $\frac{1}{4}$ TL Salz

Mehl, Milch, Eier und Salz zum glatten Teig verrühren und 10 Minuten quellen lassen.

Für die Füllung

- 250 g frisches Kürbisfleisch (oder aus dem Glas)
- 2 EL Zitronensaft
- 1 Zwiebel
- 2 EL Öl
- 300 g Hackfleisch (halb und halb), Paprikapulver, Salz, Pfeffer
- 2 EL Sahne, evtl. etwas Brühe
- Öl

Das Kürbisfleisch in Würfel schneiden. Zitronensaft, Salz und Pfeffer zugeben, mischen und 5 Minuten ziehen lassen.

Die Zwiebel in feine Würfel schneiden und in Öl glasig dünsten. Hackfleisch zugeben und unter Rühren knusprig braten.

Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Sahne/Brühe zugeben und 5 Minuten schmoren lassen.

Im heißen Öl vier Pfannkuchen backen und diese dann anschließend mit der Kürbis-Hackfleisch-Masse füllen.



LECKERES rund um den Kürbis

Kürbis-Spaghetti (für 4 Personen)

1	Kürbis (700 g)	Kürbis waschen und ungeschält ca. 20 - 30 Minuten kochen. (so dass er fast weich ist).
2 l	Salzwasser	
500 g	feste Tomaten	Die Tomaten kreuzweise einschneiden, mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden.
250 g	Spaghettinudeln	
100 g	geräucherter Speck	Die Nudeln in Salzwasser "al dente" garen, den Speck fein würfeln und in Öl knusprig braten.
2 EL	Öl	
½	Bund gehackte Petersilie	Den Kürbis abschütten und kalt abschrecken, halbieren, Kerne entfernen, das Kürbisfleisch mit einer Gabel herauslösen.
	Pfeffer aus der Mühle	Die Spagetti abgießen, Tomaten untermischen und in einer Schüssel anrichten. Kürbis und Speck darüber verteilen. Mit gehackter Petersilie und Pfeffer aus der Mühle bestreuen.

Leckere Kürbisse für diese
Rezepte erhalten Sie bei:



LECKERES rund um den Kürbis

Kürbis-Gulasch (für 4 Personen)

- 750 g geschälter Kürbis
- 500 g mageres Schweinefleisch
- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 4 EL Öl
- 30 g Butter / Margarine
- 1 EL Mehl
- $\frac{1}{4}$ l Fleischbrühe
- $\frac{1}{8}$ l trockener Wein
- 1 Päckchen gemischte Kräuter
- 4 EL Creme fraîche

Kürbis und Schweinefleisch in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch pellen, fein hacken.

Das Öl erhitzen und das Fleisch darin scharf anbraten, dann herausnehmen.

Butter / Margarine im Bratenfond erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig braten, Kürbis hinzufügen und kurz andünsten. Fleisch wieder in den Topf geben. Alles mit Mehl bestäuben und mit der Fleischbrühe und dem Wein ablöschen.

Zugedeckt 30 Minuten bei milder Hitze schmoren lassen.

Nach 20 Minuten die Kräuter hinzufügen, mit Pfeffer und Salz pikant würzen. Zum Schluss Creme fraîche einrühren.

Dazu Salzkartoffeln oder Nudeln reichen.



LECKERES rund um den Kürbis

Kürbispfanne (für 4 Personen)

- 500 g Kürbis
- 500 g Möhren
- 4 EL Olivenöl
- 1 Zweig Rosmarin
- Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft
- 3 Knoblauchzehen
- 2 EL gehackte Petersilie
- ½ Bund Basilikum

Kürbis waschen, je nach Sorte schälen und entkernen. Die Möhren schälen. Beide Gemüse in dünne Scheiben schneiden.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Gemüse und Rosmarin hineingeben und unter Rühren andünsten. Etwas Wasser zugeießen, das Gemüse bei aufgesetztem Deckel dünsten lassen bis es leicht gebräunt ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Knoblauchzehen schälen, pressen und zusammen mit der Petersilie unter das Gemüse heben.

Basilikum hacken und vor dem Servieren über das Gemüse streuen.

Schmeckt lecker zu frischem Baguette oder Chiabatta.



LECKERES rund um den Kürbis

Kürbis – Lamm - Ragout

700 g	Lammfleisch (Schulter oder Keule)
1	Stange Lauch
1	Lorbeerblatt
1	Thymianzweig
2	Zwiebeln
3 EL	Öl
	Salz, Pfeffer
½ TL	gemahlener Kümmel
1	Stückchen Zimtstange
½ l	Fleischbrühe (Instant)
1 kg	Kürbis

Lammfleisch würfeln. Den Lauch putzen, längs halbieren, unter fließendem Wasser waschen. Lorbeerblatt und den Thymianzweig auf eine halbe Lauchstange legen, den Lauch zusammenklappen und verschnüren.

Die Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Öl erhitzen, darin die Zwiebeln andünsten. Die Zwiebeln aus dem Fett nehmen, das Fleisch portionsweise anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, Zwiebeln wieder hinzufügen, den verschnürten Lauch mit der Zimtstange und die Brühe zum Fleisch geben und zugedeckt bei milder Hitze zunächst für eine Stunde garen lassen.

Den Kürbis waschen, je nach Sorte schälen, entkernen und das Kürbisfleisch nicht zu klein würfeln. Die Würfel unter das Fleisch heben. In 10 - 15 Minuten gar werden lassen. Lauchpäckchen und Zimtstange herausnehmen, das Ragout abschmecken.

Dazu können Salzkartoffeln gereicht werden.