



Geschmorter Kürbis mit Sauerampfer & Speckstaub

Der Herbst ist nun auch temperaturmäßig ins Land eingezogen. Das Symposium Rainers Hotel Vienna hat ein schnelles und schmackhaftes Kürbisrezept für Sie zusammengestellt:

Zutaten:

- 1 Stk. Hokkaido Kürbis
- 200 g Sauerampfer
- 120 g Speck oder Prosciutto
- 1 Stk. Limette
- Erdnussöl
- Knoblauch
- Salz & Pfeffer (ggf. aus der Mühle)

Zubereitung:

Den Kürbis ungeschält aushöhlen und in kleine Würfel oder Spalten schneiden. Dann mit Erdnussöl, gepresstem Knoblauch, Salz und Pfeffer marinieren und auf ein Blech legen. Anschließend bei 160 Grad ca. 12 Minuten im Ofen schmoren lassen.

Den Speck oder Prosciutto scheibenweise auf einen Teller mit Küchenpapier legen und eine Minute in die Mikrowelle geben. Kurz erkalten lassen und danach in einen Beutel geben und mit z.B. der Faust oder einem Fleischhammer kleinbröselig schlagen.

Zuletzt die Marinade: Die Flüssigkeit, welche beim Kürbis aus dem Ofen übrigbleibt, mit Limette verfeinern und damit den Sauerampfer beträufeln. Auf einem großen Teller anrichten... Et voilà!

Wir wünschen viel Spaß beim Nachkochen und einen guten Appetit!