

Röstkürbis

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	20 Min.
Garzeit	20 Min.
Portionen	4
Gerät	CombairSteamer V2000 ab 2021

Kürbissalat mit Birne und Feta

Kürbis

1 kg Kürbis (z. B. Hokkaido oder Butternuss)
 2 Birnen, geschält
 1 rote Zwiebel, geschält
 1 TL Ras el-Hanout
 2 EL Olivenöl
 1 TL Salz
 etwas Pfeffer
 80 g Walnusskerne, grob gehackt
 40 g Kürbiskerne

Vinaigrette

4 EL Rapsöl
 2 EL Kürbiskernöl
 4 EL Apfelessig
 ½ TL flüssiger Honig
 1 Knoblauchzehe, gepresst
 1 Prise Zimt
 etwas Salz
 etwas Pfeffer



Anrichten

100 g Feta, zerbröseln

einige Blätter Cicorino Rosso, grob zerzupft

Kürbis

Garraum mit Heißluft mit Beschwaden auf 230 °C vorheizen.

Kürbis, Birnen und Zwiebel putzen und in 2 cm dicke Schnitze schneiden. Ras el Hanout und Olivenöl begeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Alles auf einem mit Backpapier belegten Kuchenblech verteilen und auf der mittleren Auflage 15 Minuten rösten.

Kürbis wenden und Walnüsse und Kürbiskerne darüberstreuen.

5 Minuten fertigrösten.

Vinaigrette

Alle Zutaten miteinander verrühren, abschmecken.

Anrichten

Gerösteten Kürbis in einer Schüssel mit der Vinaigrette mischen und etwas auskühlen lassen.

Mit Radicchio anrichten und Feta darüber streuen.

Garschritte

Garraum auf 230 °C mit Heißluft mit Beschwaden (vor)heizen

Vorheizen beendet. Gargut einschieben.

Heißluft mit Beschwaden 230 °C während 15 Min.

Zutaten begeben. Weiter backen.

Heißluft mit Beschwaden 230 °C während 5 Min.

Tipps

Beim Hokkaido- und Butternusskürbis kann die Schale gegessen werden.

Zubehör

Kuchenblech



Zusätzliche Informationen

Erstellt am

26.01.2022

