

Kürbis-Ingwer-Tarte
Geschmorte Randen,
Kernöldip, Federkohl-
Salat



Rezept für 4 Personen



Vegetarisch

Zubereitung

Zutaten Kürbis-Tarte

250 g Vollkornmehl
¼ TL Meersalz
½ dl Wasser
120 g weiche Butter
2 EL Olivenöl
1 Schalotte
1 kleines Stück Ingwer
½ TL Madras Curry
600 g Kürbis (Hokkaido)
2 EL Kürbiskerne
1 dl Süssmost
2 dl Gemüsefond
250 g Crème fraîche
1 TL Maizena
2 Eier
Salz, Pfeffer

Zutaten Randen

2 EL Olivenöl
750 g rohe Randen
2 Orangen, Saft
4 EL Aceto Balsamico bianco
1 EL Honig
2 Zweige Thymian, gezupft
Salz, Pfeffer

Zutaten Kernöldip

100 g Hüttenkäse
2 EL Sauerrahm
2 EL Kürbiskernöl
etwas Zitronenabrieb
Salz, Pfeffer

Zutaten Federkohl-Salat

250 g Federkohl
1 Handvoll getrocknete Cranberries
20 g Sbrinz-Späne
1 Zitrone, Saft
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer, wenig Zucker

Zubereitung Kürbis-Tarte

Für den Teig alle Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem Teig kneten. In Klarsichtfolie wickeln und ½ Stunde kühl stellen. Den Teig auf einer gemehlten Arbeitsfläche ausrollen und in einer gefetteten Form (28–30 cm Durchmesser) auslegen, dabei einen Rand hochziehen. Für die Füllung die Schalotte schälen und fein würfeln. Ingwer schälen und fein reiben, Kürbis waschen, entkernen und mit der Schale in kleine Würfel schneiden. Maizena in 2 EL Gemüsebouillon anrühren und zur Seite stellen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalottenwürfel darin glasig dünsten. Die Kürbiswürfel begeben, kurz mitdünsten, zum Schluss Ingwer und Curry zugeben und kurz mitdünsten. Mit Most und der restlichen Gemüsebouillon ablöschen und 3–5 Minuten garen, mit Salz und Pfeffer würzen und etwas auskühlen lassen. Eier, Crème fraîche und das angerührte Maizena zugeben, das Ganze gut vermengen und abschmecken. Die Kürbismasse auf dem Teigboden verteilen, mit den Kürbiskernen betreuen und im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad für 20 bis 30 Minuten backen.

Zubereitung Randen

Randen schälen, in kleine Spalten schneiden und in Olivenöl ca. 10 Minuten dünsten. Mit Orangensaft und Essig ablöschen. Thymian und Honig zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten schmoren.

Zubereitung Kernöldip

Hüttenkäse, Sauerrahm und Kürbiskernöl miteinander verrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronenabrieb abschmecken.

Zubereitung Federkohl-Salat

Den Federkohl waschen, rüsten und trockenschütteln. Die Blätter leicht zusammenrollen und in feine Streifen schneiden. Mit den Cranberries mischen. Zitronensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Zucker zum Salat geben und alles gut vermengen. Mit dem Sbrinz bestreuen und servieren.