Rezept

Winter-Antipasti

Ein Rezept von Winter-Antipasti, am 12.10.2024

Zutaten

1	Hokkaido-Kürbis (ca. 800 g)
8 EL	Olivenöl
250 ml	Gemüsebrühe
	Pfeffer
2 Stangen	Lauch
1/2 TL	getrockneter Thymian
100 g	Sahne
2 EL	Sherryessig
2	Frühlingszwiebeln
1	Bio-Orange
1	Knoblauchzehe
	Salz
3 Stiele	glatte Petersilie
1	Bio-Zitrone
50 g	Pinienkerne
500 g	Rote Bete (vorgegart, vakuumverpackt)
1/2 TL	gemahlener Koriander
250 g	Mozzarella

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 435 kcal

Zubereitung

1. Kürbis waschen, putzen, vierteln und die Kerne entfernen. Fruchtfleisch in 1 cm dicke Spalten schneiden. Orange waschen, abtrocknen, Schale fein abreiben, den Saft auspressen.

2. 3 EL Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen und die Kürbisspalten darin kurz von beiden Seiten anbraten. Knoblauch schälen und zum Kürbis pressen. 150 ml Brühe, Orangensaft und -schale zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Aufkochen und 5-8 Min. bei mittlerer Hitze bissfest garen, dabei einmal wenden. Vom Herd nehmen und im Sud auskühlen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie waschen, trocken schütteln, hacken und über die Kürbisspalten streuen.

3. Lauch putzen, waschen und schräg in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Zitrone waschen, abtrocknen, Schale abreiben und den Saft auspressen. Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Pinienkerne in einem weiten Topf ohne Fett unter Rühren goldbraun rösten. Herausnehmen und auskühlen lassen.

4. 3 EL Öl in den heißen Topf geben und den Lauch darin kurz anbraten. Mit 100 ml Brühe ablöschen, Zitronenschale und Thymian zugeben. Bei mittlerer Hitze zugedeckt 5 Min. garen. Sahne zugießen, aufkochen, 2-3 Min. köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer und 1 TL Zitronensaft würzen. Vom Herd nehmen und auskühlen lassen. Mit Pinienkernen bestreuen.

5. Rote Bete in 2-3 mm dicke Scheiben schneiden. Essig, Salz, Pfeffer und Koriander verrühren. 2 EL Öl unterrühren. Das Dressing vorsichtig mit der Roten Bete mischen. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und das Weiße und Hellgrüne fein hacken.

6. Mozzarella abtropfen lassen, in dünne Scheiben schneiden und mit der Roten Bete abwechselnd schichten Mit Frühlingszwiebeln bestreuen und salzen. Kürbisspalten, Lauch und Rote-Bete-Mozzarella-Scheiben anrichten.