Kürbis-Risotto



Lecker und würzig mit Kürbis

Da Kürbis in der Herbst-/Winterzeit immer saisonal vorhanden ist, veröffentliche ich hier ein Rezept für ein Risotto mit Kürbis.

Das Risotto mit dem Kürbis hat eine schöne, gelbe Farbe.

Und schmeckt köstlich.

Und das Risotto ist sehr einfach und schnell zubereitet.

Kürbiskuchen



Sehr, sehr saftiger Kürbiskuchen

Dieser Kürbiskuchen gelingt sehr gut.

Er ist sehr, sehr saftig und schmeckt delikat.

Hier habe ich nur die Hälfte des Weizenmehls durch Kürbis ersetzt.

100% reiner Kürbiskuchen

Dieser Kuchen war ein Experiment. Ein Rührkuchen aus 100 % Kürbis. Anstelle von 500 g Mehl.

Und er ist nur bedingt gelungen.

Er wurde zwar aufgrund der verwendeten Eier kompakt. Aber es ist doch eher eine feste Cremespeise, die ich da gebacken habe. Diese schmeckt aber zugegebenerweise sehr gut.

Es fehlt definitiv das Mehl. Denn dieses bindet ja die Zutaten aufgrund seiner Eigenschaften. Und so kann eben dieser Kuchen aufgrund des Backpulvers nicht aufgehen. Und er bindet auch nur wenig der Margarine, sondern es läuft sehr viel Fett nach dem Backen und Ablegen auf eine Kuchenplatte aus.

Somit sollte man also keinen Kuchen aus reinen 100 % Gemüse wie Kürbis, Zucchini oder Wurzeln zubereiten. Das gelingt nicht so richtig. Sondern diese Produkte als, wie es das Wort schon sagt, eher Zu-Tat verwenden. Und einem Rührkuchen zumindest 250 g Mehl hinzufügen, damit man eine feste Bindung hat.

Aber ich wollte dies schon seit langem wissen, ob man einen Rührkuchen eben auch aus 100 % eines solchen Produktes zubereiten kann und habe es jetzt zumindest ausprobiert.

Wie gesagt, es gelingt bedingt.

Einen richtigen Rührkuchen bereitet man daraus nicht zu.

Kürbis-Bagels



Leckeres Gebäck mit Kürbis

Mit Kürbis gebacken habe ich schon des öfteren einmal. Aber immer nur Kuchen oder Tartes. Ich habe noch nie Gebäck mit Kürbis zubereitet und gebacken.

Daher habe ich dieses Rezept von Zorra von <u>1x umrühren aka</u> <u>Kochtopf</u>, die ihren Foodblog seit 2004 betreibt, gern aufgegriffen und diese Bagels nachgebacken.

Dieses Rezept ergibt flauschige, leicht süssliche Bagels, mit Kürbis-Püree und Mehl gebacken.

Die Bagels sind wirklich sehr lecker und munden hervorragend.

Wer möchte, kann Toppings wie Kürbis-, Sonnenblumenkerne, Sesam, Mohn o.a. auf die Bagels geben und festdrücken.

Einfacher geht es, wenn man die Kürbiskerne des Kürbis verwendet, säubert, in einer Pfanne ohne Fett kross anbrät und auf die Bagels aufdrückt. Sie sind kross und knusprig.

Gegrillter Schweinebauch mit Kürbisstampf



Kross gegrillt und im Backofen fertig gegart

Ich liebe Schweinebauch. In allen erdenklichen Arten zubereitet.

Dieses Mal würze ich ihn. Und grille ihn in der Grillpfanne.

Dann wird er noch im Backofen nachgegart.

Er gelingt auf diese Weise innen rose und saftig.

Dazu als Beilage ein leckeres Stampf aus Kürbis.

Frittierte, gefüllte Schweineleber mit frittierten Kürbisklößchen



In wenigen Minuten in der Friteuse frittiert

Ein Gericht für die Friteuse.

Alle Zutaten werden nur einige Minuten in der Friteuse

frittiert.

Das Gericht ist somit recht schnell zubereitet.

Es bedarf jedoch einiger Vorbereitungszeit.

Gegrillte Puten-Ministeaks mit gebackenem Butternut-Kürbis



Mit würziger BBQ-Kräuterbutter

Einfaches Gericht.

Das Fleisch schnell in einer Grill-Pfanne zubereitet.

Mit Kräuterbutter mit "BBQ"-Style noch zusätzlich kräftig gewürzt.

Dazu ein in grobe Würfel zerkleinerter Kürbis, den ich auf einem Backblech im Backofen gare.

Kürbis-Gnocchi Kürbiskern-Pesto

mit



Hauptzutat ein Butternut-Kürbis

Hier habe ich, was ich allerdings sehr selten mache, einmal

eine Anregung von einem Kollegen genommen. Uwe hatte auf seinem Foodblog <u>HighFoodality</u> vor einigen Tagen ein schönes Rezept für Kürbisgnocchi mit Kürbiskern-Pesto veröffentlicht.

Das habe ich einfach einmal übernommen. Es passt hervorragend zur herbstlichen Jahreszeit und zum Sonntag – und im Katholischen – Feiertag.

Ich war jedoch ein wenig verwundert über die Zubereitung. Gnocchi ohne Eigelb oder ganze Eier? Soweit mir bekannt ist und ich selbst schon einmal zubereitet habe, werden Kartoffel-Gnocchi mit Eigelben für Bindung zubereitet.



Kürbismasse-Rolle auf dem bemehlten Schneidebrett

Ich gebe deswegen meine zubereiteten, im Backofen getrockneten Gnocchi vorsichtshalber in nur noch ganz schwach, möglichst sogar nur noch siedendes Wasser, damit die Gnocchi nicht zerfallen. Denn schließlich sorgt hier nur Speisestärke für

Bindung.

Dann bin ich mit den Mengenangaben nicht zurecht gekommen. Uwe gibt an, sein Gericht für vier Personen zuzubereiten. Also habe ich die Mengenangaben halbiert, denn ich bereite nur für zwei Personen zu. Aber mit diesen Mengenangaben gelingen mir Gnocchis und Pesto nur für eine Person. In Mengen angegeben, sind es gerade einmal 15 Gnocchis und etwa 2 Esslöffel Pesto.



Gnocchi auf dem Backblech zum Trocknen im Backofen

Also verwende ich die Mengenangaben von Uwe, um damit für zwei (!) Personen das Gericht zuzubereiten.

Das Gericht ist im Original mit einem Hokkaido-Kürbis zubereitet. Ich habe mangels dessen einen Butternut-Kürbis verwendet. Und bekomme dadurch Probleme beim Zubereiten des Pesto. Denn ein Hokkaido-Kürbis hat ein definitiv größeres Kerngehäuse als ein Butternut-Kürbis. Und somit sehr viel mehr Kürbiskerne, die man für das Pesto verwenden kann. Der

Butternut-Kürbis hat somit gerade einmal 15 g Kürbiskerne, das Pesto reicht gerade einmal für zwei Personen.



Kürbiskerne in der Pfanne ohne Fett

Also gebe ich einen großen Teil an geriebenem Parmigiano Reggiano schon in das Pesto hinein, damit ich dabei mehr Masse erhalte.

Eine eklatante Änderung habe ich an Uwes Rezept vorgenommen. Mir ist das Pesto einfach zu schwach gewürzt. Selbst Salz und Pfeffer würden mir nicht ausreichen. Also kommt etwas asiatische Teriyaki-Sauce für Würze und Aroma hinzu.



Kürbiskern-Pesto mit Teriyaki-Sauce

Wer übrigens bei den imBackofen gegarten Kürbisstücken Probleme hat, diese in einer Schüssel mit dem Stampfgerät sehr fein zu stampfen – und dabei meine ich vor allen Dingen die Schale –, der verwende am besten schon bei den Gnocchi den Pürierstab, nicht nur bei dem Pesto.

Bei einem halte ich mich jedoch strikt an Uwes Rezept. Ich wollte die Kürbisstücke zuerst in kochendem Wasser vorgaren. Davon habe ich aber strikt Abstand genommen. Damit wäre das Kürbismehl doch definitiv zu wässrig und die Gnocchi würden im Kochwasser eventuell nicht zusammenhalten. Darf ich Ihnen einen Rat geben? An das Originalrezept halten und also doch im Backofen vorgaren!

Kürbis-Tarte



Süße und leicht säuerliche Tarte

Eine feine Tarte. Passend zur Jahreszeit, da ja Herbstzeit gleich Kürbiszeit bedeutet.

Als Kürbis dient ein Butternut-Kürbis.

Verfeinert und leicht gesäuert mit dem Saft zweier Zitronen.

Aber mit ausreichend Süße durch die Zugabe von Zucker.

Kürbis-Honig-Kuchen



Sehr fest und kompakt

Herbst ist Kürbiszeit. Entweder ein Hokkaidokürbis oder ein Butternutkürbis. Bei beiden muss man nur das Kerngehäuse entfernen, kann aber die Schale mitverwenden und muss somit den Kürbis nicht schälen.

Im Orignalrezept stand Hokkaidokürbis. Ich habe ihn kurzerhand durch Butternutkürbis ersetzt.

Ich habe noch eine weitere Änderung vorgenommen. Im Originalrezept wird der Kürbis nur grob zerkleinert und 30 Minuten im Backofen gegart. Dann zerkleinert und dem Teig hinzugefügt. Ich reibe den Kürbis in der Küchenmaschine fein und gebe dann die feinen Raspel in den Teig hinzu. Schließlich

wird alles ja noch im Backofen gegart. Vorgaren im Backofen halte ich somit nicht für notwendig.

Und ein Kürbiskuchen, der eine Mehlmasse von 500 g hat wie ein Rührkuchen – 350 g geriebener Kürbis und 150 g Mehl –, aber nur drei Eier? Nope, das geht nicht. Ich verwende für den Kuchen vier Eier.

Noch dazu kommt, dass der Teig sehr flüssig ist. Kein Wunder, es kommt noch ein halber Becher Joghurt und 5 Esslöffel Honig hinzu. Alles Zutaten, die den Teig eben flüssig machen.

Ich frage mich wirklich, wie der Kuchen nach dem Originalrezept mit nur drei Eiern eigentlich gelingen und er genügend Bindung und somit Festigkeit bekommen soll?

Da der Teig eben sehr flüssig ist, gebe ich zum einen noch zusätzlich 50 g Mehl für Bindung hinzu. Und außerdem backe ich den Kuchen im Backofen keine Stunde, sondern vorsichtshalber 1 1/2 Stunden. Nach dieser Backzeit zeigt die Probe mit dem Holzzahnstocher aber keine Teigreste an ihm, somit ist der Kuchen innen nicht mehr flüssig, sondern fest und durchgebacken.

Mein Rat an Sie: Verrühren Sie den kleingeriebenen Kürbis nicht zu sehr in der Küchenmaschine mit dem restlichem Teig. Die Kürbisraspeln lösen sich sonst zu sehr auf. Besser ist es, wenn Sie den kleingeriebenen Kürbis einfach mit dem Backlöffel kräftig unter den Teig mischen.

Der Teig erinnert bei der Zubereitung etwas an einen Wurzelkuchen, denn der feingeriebene Kürbis hat eben fast die gleiche Farbe wie Wurzeln, nämlich orange.

Was ich jedoch nicht verstehe, ist, dass der Kuchen sehr fettig ist. Allein schon in der Kasten-Backform hat sich nach dem Backen und dem Herausnehmen des Kuchens mit dem Backpapier ein kleiner Rest Fett gesammelt. Und dies, obwohl ja nur 150 g Butter zum Teig dazugegeben werden.

Aber der Kuchen gelingt sehr gut. Er ist zwar sehr fest und kompakt. Aber es soll ja auch kein Rührkuchen sein. Er schmeckt lecker nach Kürbis. Und hat eine leichte Honig-Note.

[amd-zlrecipe-recipe:1237]

Kürbis-Milchreis mit Honig

So, jetzt gab es erst das würzige und salzige Kürbis-Risotto, das sehr gemundet hat.

Und jetzt könnte man sagen, gibt es einfach die süße Variante als Desert.

Und zwar Milchreis, in Milch gegart. Dazu fein geraspelter Hokkaido-Kürbis, den ich einige Minuten vor Ende der Garzeit des Milchreis in diesen dazugebe und noch kurz mitgare.

Dann gebe ich noch etwas Speisestärke in die Milch, koche die Milch noch kurz weiter und lasse die Stärke etwas abbinden.

Das Ganze kommt in zwei Schalen und in den Kühlschrank, um zu erkalten und etwas abzuhärten.

Serviert wird das Dessert mit viel Honig. Denn ich gebe keinen Zucker zum Milchreis, um diesen schon beim Garen zu süßen.

Und fertig ist ein leckeres Dessert mit Kürbis, Milchreis und Honig.

[amd-zlrecipe-recipe:963]

Kürbis-Risotto

Ein schmackhaftes Risotto, das auf dem Grundrezept für Risotto basiert.

Ich gare den Reis in Gemüsefond. Und gebe erst kurz vor Ende der Garzeit feingeraspelten Hokkaido-Kürbis hinzu.

Der Kürbis gart im Risotto. Er darf auch gerne verkochen, er gibt dem Risotto auf alle Fälle Geschmack und eine schöne gelbe Farbe.

Ein gutes Risotto braucht 20 Minuten Kochzeit unter ständigem Rühren.

[amd-zlrecipe-recipe:961]

Putensteaks auf buntem Gemüsemix

Einfach einige Putensteaks, in der Pfanne gebraten.

Dazu als Beilage ein bunter Mix aus verschiedenen Gemüse, das ich gerade vorrätig hatte: Lauchzwiebel, Fenchel, Lauch, Spitzkohl, Chinakohl, Kürbis und Champignons.

Jeweils nur mit Salz und Pfeffer gewürzt.

Einfach, aber schmackhaft.

Hühnerbrühe mit Grünkohl, Kürbis und Krakauer

Passend zu kalten Jahreszeit und zur saisonalen Verfügbarkeit von Grünkohl und Kürbis bereite ich einen schönen Eintopf zu.

Für die Brühe verwende ich selbst zubereiteten Hühnerfond, den ich portionsweise eingefroren habe.

Als Hauptzutaten für den Eintopf fungieren wie erwähnt Grünkohl und Hokkaido-Kürbis. Dazu kommt noch etwas Knollensellerie.

Als fleischige Beilage wähle ich Krakauer, die ein würziges Aroma mitbringen.

Man kann den Eintopf übrigens auch gut in einem Schnelkochtopf zubereiten, er behält alle Vitamine oder sonstige Inhaltsstoffe, die vielleicht beim normalen Garen über eine Stunde leicht verfliegen, im Eintopf zurück. Noch dazu ist derEintopf dann sicherlich in 10 Minuten fertig gegart. Ich habe bei der Suche im Internet nach einem Schnelkochtopf eine Website gefunden, auf der ein sehr ausführlicher Vergleichtest von Schnelkochtöpfen beschrieben ist. Das ist sehr interessant und wird auch Sie bei einer Auswahl eines solchen Topfes sicherlich gut beraten. Denn schließlich ist in drei Wochen Weihnachten und man braucht ab und zu noch ein schönes Geschenk.

Wenn man einen selbst zubereiteten Fond für die Brühe verwendet, hat man als Ergebnis einen wirklich sehr wohlschmeckenden Eintopf, den man eigentlich nur noch salzen muss. Denn Aroma und Würze bringt ein solcher Fond von sich aus mit. Allerdings schaden auch eine kleine Prise Pfeffer, Zucker und frische Muskatnuss nicht. Verwenden Sie auf keinen Fall ein Brühpulver oder -würfel, das nimmt dem Eintopf doch sehr stark seinen guten Geschmack mit den vielen guten und frischen Zutaten.

[amd-zlrecipe-recipe:887]

Gefüllte Champignons

Für dieses Gericht benötigt es zwei Packungen mit wirklich sehr großen Champignons.

Angedacht war eigentlich, zu den gefüllten Champignons noch schwarzen Reis als Beilage zu servieren.

Aber die Champignons waren dann doch ausreichend für eine ganze Mahlzeit ohne eine Beilage.

Und ich habe die Füllung genau abgepasst! Als hätte ich es vorher abgemessen oder abgewogen. Die Füllung reicht tatsächlich ganz genau für die 16 Champignons.

Dazu gibt es noch ein kleines Weißwein-Sößchen.

Und die Champignons mit der Füllung munden wirklich sehr gut.

[amd-zlrecipe-recipe:881]

Kürbis-Kuchen

Passend zur Jahreszeit, in der Kürbise Saison haben, und zur heute beginnenden Adventszeit das erste Backwerk aus meiner Küche.

Nein, es sind keine Weihnachts-Plätzchen, passend zum 1. Advent.

Ich erwidere Ihnen: ein frischer, saftiger Kürbis-Kuchen.

Ich wollte ursprünglich für den Rührteig Mehl und kleingeriebenen Kürbis im Verhältnis 1:1 verwenden. Also 250 g Mehl und 250 g Kürbis.

Da ich jedoch, da geriebener Kürbis immer ein wenig saftig ist, für eine bessere Stabilität des Rührkuchens ein fünftes Ei in den Rührteig gebe, war mir der Rührteig doch ein wenig zu flüssig. Und ich hatte Bedenken, dass er beim Backen nicht fest wird, sondern flüssig bleibt. Also habe ich 100 g Mehl mehr dazugegeben.

Ich habe den Rührkuchen sozusagen aus der Lameng zubereitet, da ich ja schon Erfahrungen mit Rührkuchen mit Zucchini oder Wurzeln habe.

Und er gelingt einwandfrei, frisch und saftig.

Ich erwidere Ihnen erneut: Plätzchen zum 1. Advent müssen nicht sein, solch ein saftiger Kuchen reicht völlig aus.

[amd-zlrecipe-recipe:874]