



Für Vegetarier



HAUPTGERICHT

CAMELLISIERTER KÜRBIS-SALAT MIT INFERNO-CRÈME

SALAT

- 180 g Ebly
- 3 dl Gemüsebouillon
- 600 g Kürbis (z.B. Butternut), in Schnitzen
- 1 1/2 EL Zucker
- 1 EL Butter

SALATSAUCE

- 2 EL Weissweinessig
- 3 EL Rapsöl
- Salz, Pfeffer
- 2 Bundzwiebeln mit dem Grün, in feinen Ringen
- 120 g Blattsalat

INFERNO-CRÈME

- 100 g saurer Halbrahm
- 1 (Bio)-Zitrone, nur abgeriebene Schale
- 2 TL Zweifel Seasoning Inferno

1. Ebly in der Gemüsebouillon 7-10 Minuten weich köcheln, abkühlen.

2. Kürbisschnitze im Zucker wenden, bei mittlerer Hitze rundum ca. 5 Minuten braten, bis der Zucker caramellisiert. Butter begeben, Kürbis zugedeckt bei kleiner Hitze 10-15 Minuten fertig garen.

3. Salatsauce: Essig und Öl verrühren, würzen. 2/3 der Sauce mit dem Ebly und den Zwiebeln mischen. Blattsalat anrichten, mit der restlichen Sauce beträufeln, Ebly und Kürbis darauf verteilen.

4. Inferno-Crème: Rahm, Zitronenschale und Zweifel Seasoning Inferno verrühren, dazu servieren.

NÄHRWERTE PRO PORTION:

407 kcal, FETT 17 g, KOHLENHYDRATE 55 g, EIWIEISS 9 g



CA. 35 MIN.



FÜR 4 PERS.

