

Kürbis-Kokos-Suppe, Kürbis-Sesam-Spieß, Spaghetti-Kürbis

Für zwei Personen

Für die Kürbissuppe:

2 sehr kl. Hokkaido-Kürbisse	1 normaler Hokkaido-Kürbis	1 Knoblauchzehe
3 cm Ingwer	200 ml Kokosmilch	200 ml Gemüsefond
1 EL helle Sojasauce	1 TL rote Currypaste	1 Zweig Koriander
3 TL Thai-Currypulver	2 EL schwarzen Sesam	2 EL weißen Sesam
geröstetes Sesamöl	Erdnussöl	Salz, Pfeffer

Für den Spaghetti-Kürbis:

1 Spaghetti-Kürbis	2 rote Spitzpaprika	1 rote Chilischote
1 Knoblauchzehe	200 ml Gemüsefond	1 EL Ajvar
½ TL Kräuter der Provence	1-2 Zweige Basilikum	Olivenöl, Salz

Für den Butternuss-Kürbis:

1 langer Butternuss-Kürbis	200 g weiße Bohnen	1 milde rote Chilischote
200 ml Gemüsefond	1 geh. EL Tomatenmark	2 EL Dijon-Senf
2 EL Zuckerrübensirup	2 EL dunklen Balsamico-Essig	½ TL Chilipulver
2 TL geräuch. Paprikapulver	Öl	

Für die Kürbissuppe:

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Kürbisse waschen und trockentupfen. Jeweils den Deckel der zwei kleinen Hokkaido-Kürbisse abschneiden, dann aushöhlen und innen mit Salz und ca. 1 Teelöffel Currypulver würzen. In den vorgeheizten Ofen schieben. Diese Kürbisse bilden später die Suppenschüsseln.

Ingwer schälen und würfeln. Knoblauch abziehen. Erdnussöl, 1 Teelöffel Currypulver, Currypaste, Ingwer und Knoblauch in einen heißen Topf geben und ordentlich anrösten. Bevor es zu dunkel wird mit Gemüsefond ablöschen. Den übrigen Hokkaido-Kürbis halbieren, vom Kerngehäuse befreien und würfeln. Einige Würfel für die spätere Verarbeitung zurückbehalten, den Rest in den Topf geben und weichkochen. Dann alles mit dem Stabmixer pürieren und durch ein Sieb streichen. Suppe zurück in den Topf geben, Kokosmilch angießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schwarzen und weißen Sesam vermengen. Übrige Kürbiswürfel mit restlichem Currypulver, Salz und Sojasauce würzen, in gemischtem Sesam wälzen und sanft in einer Pfanne in etwas Erdnussöl anbraten. Die Würfel auf einem Holzspieß aufspießen und als Garnitur auf die Suppe legen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und die Blättchen abzupfen.

Blättchen über die Suppe streuen und mit etwas Sesamöl beträufeln.

Für den Spaghetti-Kürbis:

Spaghetti-Kürbis halbieren, mit Salz, Kräuter der Provence und reichlich Olivenöl würzen und zu den Hokkaido-Kürbissen für 25 Minuten in den Ofen geben.

Paprika abbrausen, trockentupfen, halbieren und vom Kerngehäuse befreien. Grob schneiden. Knoblauch abziehen und hacken. Chilischote abbrausen, trockenwedeln und hacken. Paprika, Knoblauch und Gemüsefond in einen Topf geben, Gemüse weichkochen und schließlich mit dem Pürierstab zerkleinern. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und hacken. Die Sauce mit Chili, Ajvar, Salz und Basilikum abschmecken.

Nach der Backzeit des Spaghetti-Kürbis, den Kürbis aus dem Ofen nehmen und die Spaghetti herauskratzen. Zusammen mit der Paprikasauce anrichten.

Für den Butternuss-Kürbis:

Butternuss-Kürbis schälen und den oberen, länglichen und Kerngehäuse freien Teil in vier ca.

2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben jeweils von einer Seite aushöhlen. Die nicht ausgehöhlte Seite mit Öl bepinseln und diese Seite in einer Grillpfanne anbraten. Zu den anderen Kürbissen in den Ofen geben.

Bohnen waschen, abtropfen lassen und mit Gemüsefond, Tomatenmark, Chilipulver und 1 Teelöffel Paprikapulver erhitzen.

Aus restlichem geräuchertem Paprikapulver, Senf, Zuckerrübensirup, und Balsamicoessig eine Sauce mischen, in einen Topf geben und noch etwas einkochen. Zwei gegrillte Kürbisscheiben auf einen Teller legen. Diese mit der Bohnen-Masse füllen und mit den restlichen Scheiben bedecken, sodass das Grillmuster oben liegt. Etwas Barbecue-Sauce darüber geben und mit einer milden Chili dekorieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Gruner am 17. November 2021