

# Hackfleisch und Studentenfutter im Hokkaido-Kürbis

## Für zwei Personen

### Für den Hokkaido-Kürbis:

150 g mageres Rinderhack	1 kleiner Hokkaido-Kürbis	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	100 g Studentenfutter	1 Ei
100 g Sahne	40 g Schafskäse	2 Stängel Petersilie
$\frac{1}{2}$ TL scharfe Chilisauce	4 EL Kürbiskernöl	neutrales Pflanzenöl
5 Gewürze-Pulver	Salz	Pfeffer

### Für den Feldsalat:

100 g Feldsalat	5 kernlose Weintrauben	1 EL Pinienkerne
1 Stiel Majoran	1 Zweig Rosmarin	1 EL Balsamico
3 EL Pinienkerne	3 EL Olivenöl	neutrales Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

### Für den Hokkaido-Kürbis:

Den Ofen auf 210 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Kürbis quer halbieren, Stielansätze entfernen und aushöhlen. Mit Salz und 5 Gewürze-Pulver würzen, leicht mit Kürbiskernöl einölen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und klein schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Hack darin anbraten. Nüsse halbieren und fast das gesamte Studentenfutter in die Pfanne hinzufügen. Salzen und pfeffern, anschließend mit Sahne ablöschen. Vom Herd nehmen. Ei aufschlagen, leicht salzen und pfeffern. Schafskäse zerbröseln. Nun Ei und Schafskäse zur Hack-Nuss-Mischung geben und vermengen. 1 Stängel Petersilie hacken und dazugeben. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und die Hackmasse in die Kürbishälften füllen. Im Ofen bei 210 Grad circa 25 Minuten backen.

Das übrige Studentenfutter für ein Pesto verwenden. Nüsse dafür hacken, die übrige Petersilie ebenfalls hacken und mit einem Spritzer scharfer Chilisauce zu einem Pesto verrühren. Anschließend beim Servieren über den Teller und den Kürbisrand streichen.

### Für den Feldsalat:

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und Pinienkerne darin anrösten.

Feldsalat waschen, trockenschleudern und Wurzeln entfernen.

Weintrauben waschen, trocken tupfen und halbieren. Feldsalat und Weintrauben in einer Schüssel vermischen. Olivenöl und Balsamico hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin und Majoran abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit dem Salat vermengen. Pinienkerne herausnehmen, auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und darüber streuen.

Mit Hackfleisch und Studentenfutter gefüllter Hokkaido Kürbis mit einem Feldsalatblatt und gerösteten Pinienkernen garnieren. Feldsalat mit Trauben und gerösteten Pinienkernen separat auf Tellern anrichten und servieren.

Dorothea Bohde am 30. August 2017