

Kürbis-Ragout mit Lamm, Spinatsalat und Kürbis-Streifen

Für zwei Personen

Für das Kürbisragout:

1 sehr großer Hokkaido-Kürbis	2 Zwiebeln	1 Orange, Abrieb, Zesten
50 g Ingwer	50 g rote Chilischote	100 g Butter
200 ml Kokosmilch	200 ml Gemüsefond	200 ml Orangensaft
5 Zweige Koriander	50 g getrock. Aprikosen	50 g Datteln ohne Kern
50 g Mandeln ohne Schale	100 g ungesalz. Pistazienkerne	4 Kaffirblätter
1 EL Currypulver	1 TL Kardamompulver	1 EL gemahl. Harissa
1 EL gemahl. Garam Masala	1 TL Zimtpulver	Salz

Für die marinierten Streifen:

½ Hokkaido-Kürbis, von oben	1 TL Butter	20 ml Himbeeressig
20 ml Balsamicoessig	½ Bund Rosmarin	½ Bund Thymian
1 Stängel Zitronengras	1 Sternanis	1 EL Ingwerpulver
1 TL Kardamompulver	Zucker	

Für den Spinatsalat:

200 g junger Spinat	3 EL Granatapfelkerne	1 TL mittelscharfer Senf
3 EL Kürbiskerne	20 ml Walnussöl	10 ml Kürbiskernöl
30 ml Balsamicoessig	Zucker, Salz, weißer Pfeffer	

Für das Lamm:

2 Lammlachse à 140 bis 160 g	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
1 EL gemahl. Garam Masala	1 EL gemahl. Harissa	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für das Kürbisragout:

Den Kürbis teilen und eine Hälfte in Würfel schneiden.

Pfanne anwärmen. Butter schmelzen, Zwiebeln abziehen, kleinschneiden und darin anschwitzen, Chili, Ingwer, Curry und Kaffirblätter dazu geben.

Kürbiswürfel dazu geben. Aprikosen, Datteln, Mandeln halbieren und Pistazien wenig zerkleinern und unterheben. Orangenabrieb, Zesten und Orangensaft dosiert dazu geben. Etwas Kokosmilch und Fond dazugeben. Mit Harissa, Garam Masala, Salz und Zimt abschmecken.

Korianderblätter kleinschneiden und dazu geben. Kaffirblätter entfernen und alles nochmals mit Salz abschmecken.

Für die marinierten Streifen:

Kürbis hobeln. Pfanne anwärmen, Zucker hineingeben und karamellisieren. Butter zugeben, mit Himbeeressig und Balsamicoessig ablöschen. Sternanis, Kardamom, Thymian, Rosmarin, Zitronengras, Ingwerpulver und Kürbisstreifen dazugeben. Streifen dünsten, dann abtropfen lassen.

Für den Spinatsalat:

Senf, Balsamicoessig, Walnussöl und ein wenig Kürbiskernöl mixen.

Dressing mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Stiele vom Spinat möglichst entfernen. Dressing und Granatapfelkerne zugeben.

Kürbiskerne hacken und zum Schluss über den Salat geben.

Für das Lamm:

Lamm mit Garam Masala, Harissa und Öl marinieren. In einer Pfanne bis mit einer angedrückten Knoblauchzehe zu einer Kerntemperatur von 54 Grad braten und dabei salzen und pfeffern. Butter dazugeben und Fleisch immer wieder mit der schäumenden Butter übergießen.

Reinhold Holtz am 19. September 2023