

Kürbis-Türmchen mit Mangold und Rinder-Hüfte

Für 4 Personen

1 Butternut-Kürbis	Olivenöl	2 EL Apfelessig
3 TL Honig	Salz	Pfeffer
1 Staupe roter Mangold	2 Knoblauchzehen	2 Schalotten
3 TL Zitronensaft	8 Scheiben Rinderhüfte, dünn	120 g Büffel-Mozzarella
Kürbiskernöl	3 EL geröstete Kürbiskerne	
Zum Garnieren:	Basilikum	

Kürbis putzen, schälen und ggf. die Kerne auslösen. Vom Kürbis 12 dünne Scheiben abschneiden. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Kürbisscheiben darin andünsten. Mit Essig und 2 TL Honig ablöschen und gründlich durchschwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen und kurz ziehen lassen, sodass der Kürbis noch ganz leichten Biss behält.

Mangold putzen, Stiele und Blätter trennen, waschen und abtropfen lassen. Stiele und Blätter getrennt in feine Streifen schneiden.

Knoblauch und Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden.

Etwas Öl zum Braten in einer großen Pfanne erhitzen. Knoblauch und Schalottenwürfel darin andünsten. Mangoldstiele zugeben und mit andünsten.

Sobald die Stiele mit noch leichtem Biss gegart sind, Blätter mit in die Pfanne geben und alles unter weiterem Wenden andünsten. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und 1 TL Honig abschmecken. Eine Grillpfanne stark erhitzen. Das Fleisch mit Öl dünn bestreichen, mit etwas Salz würzen. Fleisch in der heißen Pfanne von beiden Seiten ganz kurz anbraten. Mit Pfeffer würzen.

Den Käse abtropfen lassen und grob raspeln oder zerzupfen.

Zunächst je 1 Scheibe Kürbis auf 4 vorgewärmten Tellern verteilen. Fleisch, Mangold und übrige Kürbisscheiben nach und nach aufschichten, dabei jeweils mit einer Kürbisscheibe abschließen. Den Käse überstreuen. Geschichteten Kürbisturm mit Kürbiskernöl und Kürbiskernen garnieren. Nach Belieben mit Basilikum bestreut servieren.

Tarik Rose am 16. November 2018