

## Lauwarme Kürbis-Gurken-Salat

### Für 2 Personen:

1 Gurke	350 g Hokkaido-Kürbis	1 Stück(e) Handvoll Rucola
3 EL Kürbiskerne	3 EL Cranberries	0,5 Zitrone
1 Schuss Olivenöl	1 Schuss Sojasauce	1 Msp. Salz
1 Msp. Pfeffer		

Den Kürbis in dünne Spalten schneiden und in einer Pfanne mit Öl anbraten.

Während der Kürbis brät, die Gurke mit einem Sparschäler bis zum Gehäuse runterschneiden, so dass dünne Gurkenstreifen entstehen.

Die Kürbiskerne mit in die Pfanne geben und noch kurz weiterbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Dann den Kürbis mit zu den Gurkenscheiben geben.

Rucola und Cranberries ebenfalls mit in die Schüssel geben.

Für das Dressing die Zitrone über dem Salat auspressen, einen Schuss Sojasauce und Olivenöl Alles gut vermengen und servieren.

Steffen Henssler am 28. Oktober 2020