

Cremige Kürbissuppe

Zutaten: 650 g Hokkaido Fruchtfleisch, 3 mittelgroße Möhren, 1 großer Apfel, 3 mittelgroße Kartoffeln, 1 mittelgroße Zwiebel, 3 EL Öl, 950 ml Gemüsebrühe, 130 ml Schlagsahne, Salz, Pfeffer aus der Mühle, eine Prise Muskat

Zum Garnieren: Kürbiskernöl und/oder Kürbiskerne

- Kürbis aufschneiden und entkernen. Möhren, Kartoffeln und Apfel schälen, Apfel entkernen. Alles in Würfel schneiden. Zwiebel fein würfeln.
- Öl in einem Topf erhitzen. Vorbereitete Zutaten darin 5 Min. andünsten. Brühe dazu gießen und aufkochen und ca. 25 Min. köcheln lassen.
- Mit einem Stabmixer pürieren. Sahne zur Suppe geben, eventuell mit dem Stabmixer kurz einmischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
- Kürbiskerne ohne Fett anrösten und auf Suppe verteilen und/oder mit Kürbiskernöl beträufeln.

Ofengemüse

Zutaten: 750 g Kartoffeln, 500 g Hokkaido Fruchtfleisch vom Kürbis, 3 rote Paprika, 1 mittelgroße Zwiebeln, 5 Zweige Rosmarin und Thymian, ca. 12 TL Öl, Salz und Pfeffer

Zum Garnieren: Zweige Rosmarin und Thymian

- Kartoffeln waschen in Spalten schneiden. Mit 5 TL Öl, Salz und gehacktem Rosmarin mischen. Auf Blech mit Backpapier bei 180°C 10 Minuten backen.
- Hokkaido Kürbis entkernen und Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Paprika und Zwiebel ebenfalls in Streifen schneiden. Alle Zutaten mit Salz, Thymianblättchen in ca. 7 TL Öl mischen.
- Kürbis, Paprika und Zwiebel zu den Kartoffeln dazugeben und in ca. 20 Minuten fertig garen.

Hacksteak in Weinsauce

Zutaten: 500 g Hackfleisch (gemischt), 1 Ei, 1 Brötchen vom Vortag, 1 mittelgroße Zwiebel, 150 g Camembert, 2 EL Butterschmalz, 1 Bund glatte Petersilie, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, ½ Teelöffel gemahlener Koriander, 200 ml Rotwein

- Brötchen kleinschneiden und in Wasser einweichen. Den Camembert in etwa ½ cm große Würfel schneiden. Zwiebel schälen und klein hacken. 1 TL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebel darin glasig dünsten.

- Etwa $\frac{3}{4}$ de Petersilie hacken, das Brötchen gut ausdrücken. Beides mit dem Hackfleisch, dem Ei, den Zwiebeln und dem Camembert mischen. Pikant abschmecken.
- Das restliche Butterschmalz erhitzen. Aus der Teigmasse 5 Steaks formen, bei mittlerer Hitze von beiden Seiten ca. 15 Min. knusprig braten.
- *Die Steaks herausnehmen. Den Wein in die Pfanne gießen, unter rühren den Bratensatz lösen. Vom Herd ziehen, die Butter in Flöckchen unterschlagen und die Sauce dadurch binden. Mit der übrigen Petersilie garnieren.*

Pfälzer Tabas - Überbackene Pfirsich mit Walnusseis oder Mandeleis

Zutaten: 3 große Pfirsiche, 4 Löffelbiskuits, 30 g weiche Butter,
1/2 EL brauner Zucker, 2 EL Amaretto, 1 TL Öl,
10 abgezogene Mandeln oder halbe Walnüsse
Puderzucker, Walnusseis oder Mandeleis

- Pfirsiche kurz mit kochendem Wasser überbrühen und die Schale abziehen. Früchte halbieren und den Kern entfernen.
- Löffelbiskuits in einem Gefrierbeutel mittels Fleischklopfer zerbröseln. Butter mit dem braunen Zucker cremig schlagen. Biskuitsbrösel und Amaretto dazugeben und mit einer Gabel vermengen.
- Backofen auf 200°C vorheizen. Eine Auflaufform mit Öl auspinseln.
- Obige Masse in die Pfirsichhälften füllen und in die Auflaufform setzen. Je eine/zwei Mandeln oder halbe Walnuss darauf setzen.
- Im Backofen bei 180°C (Umluft) etwa 20 - 30 Minuten backen.
- Herausnehmen und mit Puderzucker bestäuben. Zu jeder Pfirsichhälfte ein/zwei Kugeln Eis servieren. Eventuell kann auch Schlagsahne, je nach Wunsch, zum Einsatz kommen.

In der Zeit, in der keine frische Pfirsiche zur Verfügung stehen, können auch Pfirsiche aus der Dose verwendet werden.