

## Zweierlei Kürbis - Aus dem Ofen und als Carpaccio | Roman Pfaff



Schwierigkeitsgrad



Zubereitungszeit ~ 1 Std.



### Ofenkürbis:

Ofen auf 200°C Umluft vorheizen.

Hokkaidokürbis gut waschen. Strung oben und unten entfernen. Vertikal halbieren und mit einem Löffel das Kerngehäuse entfernen. Aus den Hälften jeweils ca. 6-8 Schnitze schneiden. Diese wiederum in 3-4 kleine Stücke schneiden.

Für die Marinade Tomatenmark, Olivenöl, Lorbeerblatt, abgezupfte Thymianblätter und Knoblauchzehe zu einer Paste pürieren. Die Hokkaidostücke damit marinieren und auf ein Ofenblech geben. Auf dem Blech mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 10 min im Ofen garen bis weich (mit Messer testen).

### Kürbiscarpaccio:

Den oberen Teil des Butternusskürbis (ohne Kerngehäuse) abschneiden und schälen. Eventuell halbieren und mit einer Mandoline in möglichst feine Scheiben hobeln. In einer Schüssel mit Sushiessig marinieren und

min. 1 h stehen lassen.

### Salatbouquet:

Zupfsalat waschen und gut schleudern. Für das Dressing zunächst Schmand, grober Pfeffer, Ahornsirup, Salz und Pfeffer gut verrühren. Langsam Olivenöl dazugeben damit eine schöne Emulsion entsteht. Abschließend nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Karamellierte Kerne:

Ofen auf 180°C Umluft vorheizen. Sonnenblumen- & Kürbiskerne auf Backblech verteilen und ca. 10 min im Ofen rösten bis leichte Bräunung. In einer Pfanne 2 EL Zucker mit etwas Wasser köcheln lassen bis Wasser verdunstet und Zucker langsam anfängt zu karamellisieren. Kerne mit einer Messerspitze Chilipulver und einer Prise Salz hinzugeben. Pfanne schwenken damit Kerne gleichmäßig mit karamellisierender Zuckerschicht umgeben. Auf Backpapier gießen und auskühlen lassen.

## Für 6 Portionen

1 Hokkaidokürbis  
1 Butternusskürbis  
1 EL Tomatenmark  
75 ml Olivenöl  
1 Lorbeerblatt  
1/4 Bund Thymian  
1 Knoblauchzehe  
250 g Zupfsalat  
1 EL Schmand  
1 TL grober Senf  
1 TL Ahornsirup  
75 g Kürbiskerne  
75 g Sonnenblumenkerne

Salz  
Pfeffer  
Zucker  
Chilipulver  
Sushiessig  
Weißweinessig  
Olivenöl



## Vegetarisch

## Zweierlei Kürbis - Aus dem Ofen und als Carpaccio

**Roman Pfaff** hat nach Kochstationen in Zermatt, Amsterdam und Stuttgart Anfang 2017 den heimischen Betrieb im Hinterland von Überlingen am Bodensee übernommen. Hier kocht er nun in der vierten Generation eine interessante Küche, die sich durch Frische und Natürlichkeit auszeichnet.

