

HALLOWEEN MENU



Menu für 23. Oktober 2009

Marc Hofstetter

Kürbis-Apfel-Suppe

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.

Ergibt ca. 1,6 Liter

Käsekerne

70g Kürbiskerne

1 Ei, verklopft

60g geriebener Sbrinz

wenig Pfeffer

1. Kürbiskerne unter ständigem Rühren in einer weiten beschichteten Bratpfanne bei mittlerer Hitze ca. 4 Min. rösten, etwas abkühlen.

2. Ei mit Sbrinz verrühren, würzen. Kürbiskerne daruntermischen. Dieselbe Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren. Käse-Kernen-Masse ca. 6 Min. goldbraun braten. Mit zwei Bratschaufeln in kleine Stücke zupfen, beiseite stellen.

Suppe

1 Esslöffel Butter

1 grosse Zwiebel,

grob gehackt

500g Kürbis (z. B. Muscade),

in ca. 1 cm grossen Würfeln

2 Äpfel (z. B. Cox Orange;

je ca. 150 g), geschält,

in ca. 1 cm grossen Würfeln

9dl Gemüsebouillon

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

1dl Rahm, flaumig geschlagen

1. Ofen auf 60 Grad vorheizen, Suppenteller vorwärmen. Butter warm werden lassen. Zwiebel andämpfen, Kürbis und Äpfel begeben, ca. 3 Min. mitdämpfen.

2. Bouillon dazugliessen, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. weich köcheln. Suppe pürieren, würzen.

Servieren: Suppe in die vorgewärmten Suppenteller verteilen, mit dem Rahm und den Käsekernen garnieren.

Dazu passen: Brot und Sbrinz.

Pro Person: 27 g Fett, 13 g Eiweiss,

20 g Kohlenhydrate, 1579 kJ (377 kcal)

Kürbis-Salat mit Speckwürfeli

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.

Salatsauce

1 Teelöffel **grobkörniger Senf**

2 Esslöffel **Weissweinessig**

2 Esslöffel **Rahm**

1/2 Esslöffel **Estragon**, fein geschnitten alles in einer Schüssel verrühren

nach Bedarf **Salz, Pfeffer** würzen

1 Esslöffel **Butter** in einer Pfanne warm werden lassen

400 g **Kürbis** (z. B. Butternut),

in ca. 5 mm dicken Scheiben andämpfen

1/2dl **Gemüsebouillon** dazugießen, aufkochen, Hitze reduzieren,

zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5 Min.

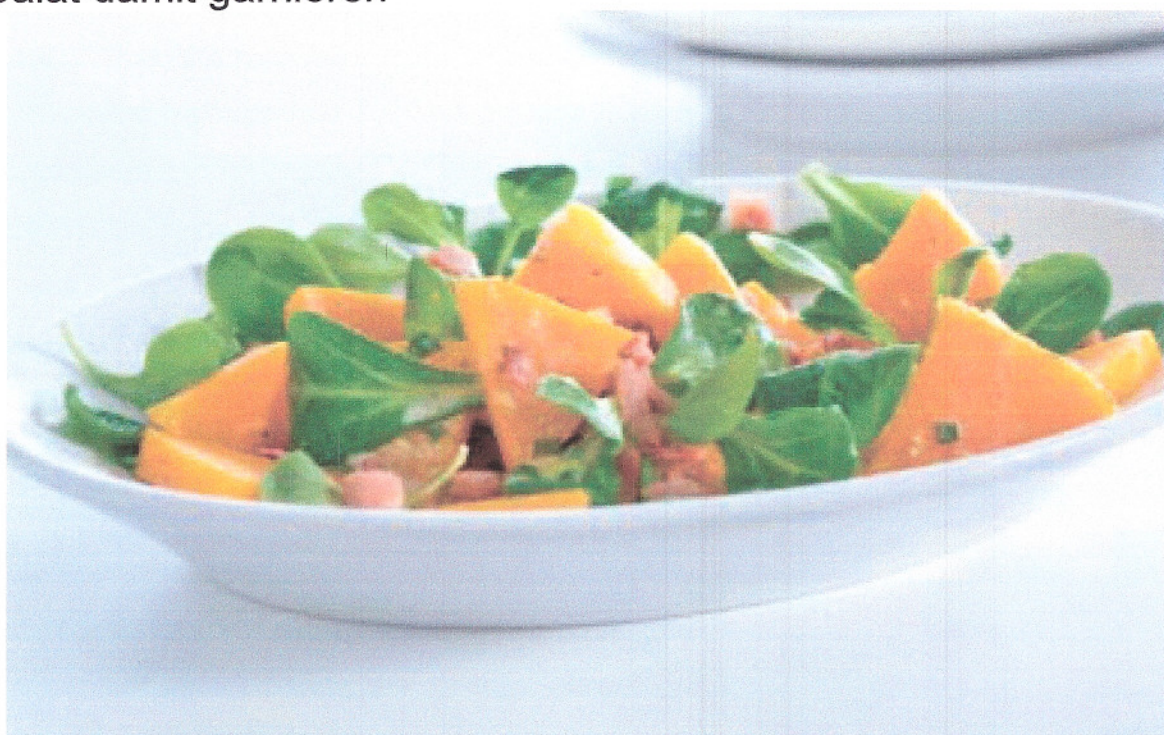
knapp weich köcheln. Sofort mit der restlichen

Flüssigkeit in die Sauce geben,

mischen, ca. 10 Min. ziehen lassen, auf Teller verteilen

50 g **Nüssli**salat Kürbis damit garnieren

75 g **Speckwürfeli** in einer Bratpfanne langsam knusprig braten, Salat damit garnieren



Kürbis-Topf

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

Öl zum Anbraten

300g geschnetzeltes Schweinefleisch

700g Kürbis (z.B. Hokkaido),

in Schnitzen, quer in ca.

5mm dicken Scheiben

3 Bundzwiebeln mit dem

Grün, schräg in ca. 1 cm

langen Stücken

1 Knoblauchzehe, gepresst

1 Esslöffel Chilipulver oder

Edelsüss-Paprika

1dl Fleischbouillon

1 Dose rote Bohnen

(ca. 400g), abgspült,

abgetropft

2 Esslöffel Petersilie,

fein gehackt

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

1. Öl im Brattopf heiss werden lassen.

Fleisch portionenweise anbraten,
herausnehmen, Hitze reduzieren.

2. Evtl. wenig Öl begeben, Kürbis

und alle Zutaten bis und mit Chilipulver
mischen, portionenweise in

derselben Pfanne ca. 5 Min. andämpfen.

3. Bouillon, Bohnen und Petersilie

begeben, aufkochen, Hitze reduzieren,

Fleisch wieder begeben, zugedeckt

bei kleiner Hitze ca. 15 Min.

köcheln, würzen. dazu **Reis servieren!!!**



Kürbis-Tarte

Vor- und zubereiten: ca. 45 Min.

Backen: ca. 45 Min.

für ein Backblech von 24 cm Ø,
gefettet

FÜLLUNG

500 g Kürbis, in Würfeln

50 g Zucker

1dl Ahornsirup (siehe Seite 14)

2dl Halbrahm

2 Esslöffel Maizena

2 Eier

4 Eigelb

Kürbis zugedeckt im Dampfkorbchen
weich garen, auskühlen. Mit
den restlichen Zutaten fein pürieren.

BODEN

ca. 250 g Fertig-Mürbeteig

Den Teig rund auswallen, ins vorbereitete
Blech legen, Teigboden mit
einer Gabel dicht einstechen, ca.
10 Min. in den Tiefkühler stellen.

Den Teigboden mit Backpapier belegen,
mit Hülsenfrüchten oder einem
kleineren Blech beschweren.

VORBACKEN: ca. 12 Min. in der Mitte
des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens,
herausnehmen. Backpapier und Hülsenfrüchte
oder kleineres Blech entfernen.

Die Füllung auf dem Teigboden
verteilen, glatt streichen.

FERTIG BACKEN: ca. 30 Min. in der
Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten
Ofens.

GARNITUR

1 Esslöffel Kürbiskerne, geröstet

wenig Ahornsirup

Tarte lauwarm nach Belieben mit
Kürbiskern-Glace (siehe unten) servieren,
garnieren.

