



## Thanksgiving-Spieße

mit Kartoffelpüree und Rosenkohl



40-50min



3-4 Personen

Jetzt wird aufgespießt. Passend zu Thanksgiving stecken wir zartes Hühnchen, Kürbis und Zwiebeln auf den Holzstab. Dazu gibt es herbstliches Rosenkohl-Gemüse, das wir mit getrockneten Aprikosen zu einem richtigen Schmaus braten. Jetzt fehlt uns nur noch das Kartoffelpüree und das Festmahl kann beginnen.

## **Was du von uns bekommst**

- getrocknete Aprikosen<sup>12</sup>
- rote Zwiebel
- Borgmeier Hähnchenbrust aus dem Paderborner Land
- Linumer Maronenkürbis
- Schaschlik-Holzspieße
- Rosenkohl
- gewürfelter Bauchspeck
- Butter
- mehligkochende Kartoffeln

## **Was du zu Hause benötigst**

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## **Küchenutensilien**

- Backblech
- Backofen mit Umluftfunktion
- Backpapier
- Pfanne
- Kochtopf

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### **Allergene**

Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### **Nährwertangaben pro Portion**

Energie 760kcal



**1. Kürbis vorgaren**

Ofen auf 180°C Umluft vorheizen. Kürbis halbieren, Kerne entfernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. Ausreichend Wasser im Topf zum Kochen bringen und den Kürbis darin 4Min. vorgaren. Anschließend den Kürbis aus dem Wasser nehmen, das Wasser aufbewahren.



**2. Gemüse vorbereiten**

Holzspieße in etwas Wasser einweichen. Zwiebel schälen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. Strunk sowie äußere welke Blätter des Rosenkohls entfernen, dann vierteln. Die Aprikosen in dünne Streifen schneiden.



**3. Fleisch schneiden**

Kartoffeln schälen, in gleich große Stücke schneiden, im selben Topf wie dem Kürbis ca. 15-20Min. weich kochen. Schneller geht's so: Kartoffeln samt Schale weich kochen und in Schritt 5 samt Schale stampfen. Fleisch trocken tupfen, ca. 2cm groß würfeln.



**4. Spieße herstellen**

Abwechselnd Fleisch, Kürbis und Zwiebelstücke aufspießen, mit Salz und Pfeffer würzen. Große Pfanne mit 2EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. Die Fleischspieße ca. 2-3Min pro Seite goldbraun anbraten. Im Ofen ca. 10-12Min. fertig garen.



**5. Kartoffeln stampfen**

Sobald die Kartoffeln gar sind, das Wasser abgießen und die Kartoffeln wieder zurück in den Topf geben. Nun mit der Butter zu einem Püree stampfen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



**6. Rosenkohl anbraten**

Pfanne erneut mit 1EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. Speckwürfel und Rosenkohl ca. 5-8Min. anbraten, nun Aprikosen ca. 1Min. mitbraten. Ca. 100ml Wasser angießen und kochen bis Rosenkohl bissfest ist. Rosenkohl mit Spießen und Kartoffelstampf anrichten.