



Kürbis-Bete-Panzanella

mit cremigem Ricotta und Pekannüssen



ca. 40min



2 Personen

„Panzanella“ ist ein italienischer Salat aus eingeweichem (altem) Brot, Zwiebeln und Tomaten, der im Sommer sehr beliebt ist. Unsere weihnachtliche Version jedoch ist mit Hokkaidokürbis und Rote Bete aus dem Ofen aufgepeppt und wird mit cremigem Ricotta und knackigen Pekannüssen verfeinert. Noch ein erfrischendes Potpourri aus Rucola und Croûtons dazu und fertig ist das winterliche Festmahl. So gut!

Was du von uns bekommst

- 1 kleiner Bio-Hokkaidokürbis
- 2 Rote Beten
- 1 Pck. italienische Gewürzmischung
- 25g Pekannusskerne⁴
- 1 Baguettebrötchen¹
- 50g Rucola
- 250g Ricotta²

Was du zu Hause benötigst

- 1 EL Butter²
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Balsamicoessig³

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- kleine Pfanne

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

Kochtipp

Da Rote Bete stark färbt, beim Verarbeiten am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen.

Allergene

Gluten (1), Milch (2), Schwefeldioxid und Sulphite (3), Schalenfrüchte (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 820kcal, Fett 48.6g, Kohlenhydrate 73.8g, Eiweiß 20.5g



1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Kürbis** halbieren, mit einem Löffel die Kerne entfernen und den **Kürbis** in ca. 2cm breite Spalten schneiden. Die **Rote Bete** ggf. schälen und ebenfalls in ca. 2cm dicke Spalten schneiden.



2. Gemüse backen

Den **Kürbis** und die **Rote Bete** mit 1EL Olivenöl, der **Gewürzmischung** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Das **Gemüse** ca. 25Min. im Ofen backen.



3. Pekannüsse kandieren

Die **Pekannüsse** grob hacken und in einer kleinen Pfanne mit 1EL Butter bei niedriger bis mittlerer Hitze ca. 3Min. anrösten, dabei häufig umrühren. ½EL Zucker, 1EL Wasser und 1 Prise Salz einrühren und 30Sek.-1Min. weitergaren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die **Pekannüsse** aus der Pfanne nehmen (siehe auch Schritt 6).



4. Croûtons rösten

Das **Brötchen** in ca. 1cm große Würfel schneiden und auf einem zweiten Backblech mit 1EL Olivenöl, 1 kräftigen Prise Salz und etwas Pfeffer vermengen. Wenn das **Gemüse** 25Min. gebacken hat, das Blech mit dem **Brot** ebenfalls in den Ofen schieben und in 5-10Min. zu goldbraunen **Croûtons** rösten.



5. Fertigstellen & servieren

2TL Olivenöl, 1TL Balsamicoessig und etwas Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren und den **Rucola** und die **Croûtons** untermengen. Den **Kürbis** und die **Rote Bete** auf dem **Rucolasalat** anrichten und mit einem Klecks **Ricotta** sowie den **Pekannüssen** garnieren. Nach Belieben noch etwas Olivenöl darüber träufeln und servieren.



6. Festliche Aromen

Für noch mehr Festlichkeit können die Pekannüsse nach dem Auflösen des Zuckers mit etwas Zimt oder Spekulatiusgewürz bestreut werden. Ca. 20Sek. durchwärmen lassen, dann vom Herd nehmen.