

☆ FESTTAGSSPECIAL



Crespelle mit Kürbis und feiner Käsesauce

mit Spinat und karamellisierten Zwiebeln



ca. 40min



3-4 Personen

Crespelle sind die italienische Antwort auf Crêpes. Und sie sind richtig gutes Comfort-Food nach dem ganzen Vorweihnachtsstress! Der ist ja jetzt zum Glück erst mal vorbei – solange wir es uns mit diesem Leckerbissen gut gehen lassen. Als Füllung glänzen gebackener Hokkaidokürbis mit Thymiannote, zart-frischer Babyspinat, rote Zwiebeln und süßlich-aromatische Feigen, dazu noch eine cremige Käsesauce ... hach, lecker!

Was du von uns bekommst

- 2 Hokkaidokürbisse
- 5g frischer Thymian
- 3 rote Zwiebeln
- 2 Packungen getrocknete Feigen
- 2 Packungen Weizenmehl ¹
- 3 Packungen Milch ⁷
- 2 Bio-Eier ³
- 1 Stück Emmentaler
- 2 Stückchen Hartkäse ^{3,7}
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Babyspinat

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Honig
- 2-3EL Balsamicoessig ¹⁷
- Olivenöl & 1EL Butter
- Salz und schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen, Blech, Backpapier
- 2 kleine Töpfe
- 2 mittelgroße Pfannen
- Küchenreibe & Messbecher
- Schneebesens

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

Kochtipp

Übrige Käsesauce zu Festtagsessensresten servieren!

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Sulphite (17). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

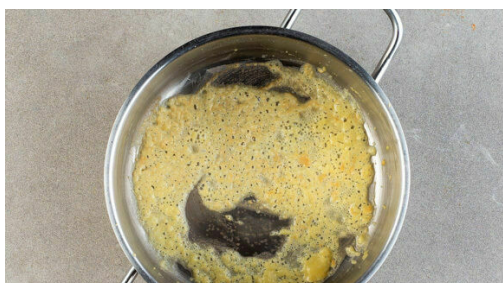
Nährwertangaben pro Portion

Energie 751kcal, Fett 25.2g, Kohlenhydrate 101.7g, Eiweiß 26.3g



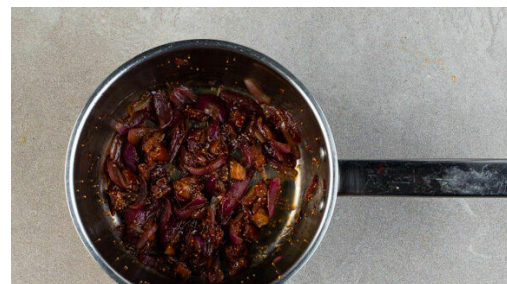
1. Kürbis backen

Den Ofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den **Kürbis** halbieren, entkernen, in 2cm dicke Scheiben schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech mit dem **Thymian**, 2EL Olivenöl, 1/2TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer vermengen, ggf. ein zweites Blech verwenden. Im Ofen 20-25Min. rösten, bis der **Kürbis** goldbraun und gar ist, nach der Hälfte der Zeit wenden.



4. Sauce ansetzen

300ml Milch abmessen und bereitstellen. Den **Emmentaler** und den **Hartkäse** grob reiben. Den **Knoblauch** schälen, fein würfeln und in einem kleinen Topf mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze erwärmen. Mit **1EL Mehl** bestäuben und mit einem Schneebesen 1-2Min. verrühren, dabei darauf achten, dass die **Sauce** nicht zu braun wird.



2. Zwiebeln und Feigen garen

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren, in schmale Spalten schneiden und in einem kleinen Topf mit 1EL Olivenöl und 2 Prisen Salz bei mittlerer Hitze ca. 4Min. anschwitzen. Die Hitze reduzieren und die **Feigen** zugeben. 6-8EL Wasser, 2-3EL Balsamicoessig und 1TL Honig einrühren und bei niedriger Hitze ca. 4Min. einköcheln lassen.



5. Sauce kochen

Nach und nach unter ständigem Rühren die **300ml Milch** zufügen. Bei mittlerer Hitze 1-3Min. leicht eindicken lassen und vom Herd nehmen. Den **Käse** unterrühren und die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken, ggf. mehr **Milch** einrühren.



3. Crespelle zubereiten

250g Mehl, **250ml Milch**, 150ml Wasser, 2EL Olivenöl, die **Eier** und 1/2TL Salz zu einem glatten **Teig** verrühren und in zwei mittelgroßen Pfannen zu dünnen **Pfannkuchen** ausbacken. Dafür je **1 Kelle Teig** mit 1EL Olivenöl bei niedriger bis mittlerer Hitze 1-2Min. anbraten, wenden und ca. 1Min. braten. Die **Crespelle** bis zum Servieren warm halten.



6. Anrichten und servieren

Den **Spinat**, den **Kürbis ohne die Thymianzweige** und die **Zwiebel-Feigen-Mischung** auf den **Crespelle** anrichten und mit der **Sauce** beträufelt servieren.