Kürbisnockerl

Köchln: Emilia Rosa Orth-Blau

Zutaten:

400 g Hokkaido-Kürbis (geschmort, dann durch Erdäpfelpresse gedrückt)
150 g glattes Mehl
80 g Grieß (Hartweizengrieß oder Weizengrieß)
2 Bio Eier
50 ml Bio Milch
½ TL frisch geriebene Muskatnuss
Salz, Pfeffer

Für den Tomatensalat

400 g reife Tomaten (gemischt, klein geschnitten)
1 rote Zwiebel (fein geschnitten, evtl. leicht in Essig eingelegt)
3 EL Olivenöl
1 EL alter Balsamico
Salz, Pfeffer
frische Kräuter: Basilikum, Petersilie oder Kerbel

Zubereitung:

Kürbis vorbereiten
Hokkaido-Kürbis halbieren, Kerne entfernen, grob würfeln. Auf ein Blech legen, mit etwas Salz, Pfeffer und Olivenöl würzen. Bei 160 °C Umluft ca. 30–35 Min. weich schmoren.

INTERN

Anschließend durch eine Erdäpfelpresse drücken oder durch ein feines Sieb streichen → ergibt ein seidiges Kürbispüree. Nockerlteig herstellen Püree etwas auskühlen lassen. Mit Mehl, Grieß, Eiern, Milch, Muskat, Salz und Pfeffer zu einem geschmeidigen Teig verrühren. Der Teig soll weich, aber formbar sein. 15 Min. rasten lassen. Nockerl kochen Einen großen Topf mit gesalzenem Wasser aufkochen. Mit zwei Teelöffeln kleine Nockerl aus dem Teig abstechen und ins leicht siedende Wasser geben. Wenn sie an der Oberfläche schwimmen, noch ca. 2 Min. ziehen lassen. Herausheben und gut abtropfen lassen, direkt in eine Pfanne mit heißer brauner Butter und etwas Salbei.

Tomatensalat

Tomaten klein schneiden, mit Olivenöl, Balsamico, Salz und Pfeffer marinieren.
Rote Zwiebel in feine Streifen schneiden (wer mag: kurz mit Essig und Zucker marinieren, damit sie milder wird) und unterheben.
Mit frischen Kräutern vollenden. Anrichten.

Kürbisnockerl auf Teller geben, Tomatensalat daneben oder darüber anrichten.
Nach Wunsch noch mit etwas frisch geriebenem Parmesan oder gerösteten Kürbiskernen bestreuen.

INTERN