PORTIONEN	ZEIT GESAMT	LEVEL
4	45 min	easy

Rezept

KÜRBISBÄLLCHEN UND -SCHEIBEN

Kürbisse sind einfach klasse und inzwischen fast ganzjährig zu kaufen. Wer eine Möglichkeit hat, Kürbisse zu lagern, kann sich so natürlich auch einen kleinen Vorrat anlegen. Kürbis kann man verarbeitet auch super einfrieren (z.B. Kürbissuppe oder gekochte Kürbisstücke). Aber zu den Kürbisbällchen: Ich laufe schon seit Wochen mit dem Gedanken daran durch die Supermärkte, mir einen Melonenausstecher zuzulegen, um dann diese kleinen Bällchen aus einem Butternutkürbis heraus zu stechen. Klar, dass ich das inzwischen in die Tat umgesetzt habe. Die vermeintlichen Reste, die beim Ausstechen entstehen, kann man zudem super verwerten und gefüllt im Ofen backen. Das ist alles ganz einfach und schmeckt sehr sehr lecker!

ZUTATEN

- 1/2 Butternutkürbis
- 2-3 EL Olivenöl
- 80 g frisch geriebenen Käse (z.B. Gouda)
- 80-100 g Speckwürfel
- 3 EL Pommes Frites Gewürz
- 1 EL Kartoffelmehl/-stärke (optional)

Gebackene Kürbisscheiben oder -bällchen sind alleine oder als Beilage top!

BALLONBROETCHEN

SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

SCHRITT 1

Trenne den dünnen Teil des Butternutkürbis (der Teil ohne Kerngehäuse) ab und schäle diesen. (Das Schälen kannst Du auch dann machen, wenn Du die einzelnen Scheiben zur Hand hast, das ist oftmals etwas leichter.)
Heize den Ofen auf ca. 180 Grad Umluft auf.

SCHRITT 2

Steche nun mit dem Melonenausstecher jeweils kleine Bällchen aus der Schnittebene des Kürbis aus. Da Du nur eine bestimmte Tiefe je Bällchen erreichst, kannst Du nun das restliche Kürbisfleisch als ca. fingerdicke Scheibe herunter schneiden. Danach stichst Du aus der nächsten Schnittebene die kleinen Bällchen aus. Danach schneidest Du wieder eine ca. fingerdicke Scheibe mit dem übrig gebliebenen Rändern herunter. Das machst Du so lange, bis Du am Kürbisende angekommen bist.

SCHRITT 3

Vermische nun die Kürbisbällchen mit etwas Olivenöl, Pommes Gewürz und (optional – wer es etwas knusprig haben möchte) mit der Kartoffelstärke. Da ich sämtliche LC Pommes am liebsten in der Heißluftfriteuse mache, kommen die Bällchen nun für ca. 15-20 min bei 200 Grad in die Heißluftfritteuse.

SCHRITT 4

Parallel legst Du die ausgehöhlten Scheiben nebeneinander auf Backpapier oder ein mit Dauerbackfolie belegtes Backgitter, füllst in die Ausbuchtungen die Speckwürfel und gibst auch auf die Scheiben etwas Pommes Gewürz (da ist nur wenig nötig, da der Speck ja bereits würzig ist).

SCHRITT 5

Nun gibst Du das Backgitter in den Ofen und lässt es dort für ca. 15 min. Wenn der Speck bereits etwas cross und die Kürbisscheiben weich geworden sind, kannst Du für die restlichen 10 min noch den geriebenen Käse über die Kürbisscheiben geben, so dass dieser bis zum Backende eine schöne hellbraune Farbe annehmen kann.

SCHRITT 6

Im Idealfall sind beide Kürbisversionen zeitgleich fertig und können serviert werden.