

Würziger Honigkürbis mit Olivenöl

Rezept-Info:

Personenzahl:	4 Stück
Menü:	Dessert
Zubereitungszeit:	45 Minuten
Schwierigkeitsgrad:	leicht

Zutaten:

1 Hokkaido-Kürbis, ca. 500 g	4 Kapseln Kardamom
4 Thymianzweige	2 EL Olivenöl
2 Rosmarinzweige	2 EL Honig
4 Sternanis	
1 Zimtstange	

Zubereitung:

Den Hokkaido-Kürbis halbieren, entkernen und in 8 Spalten schneiden. Thymian und Rosmarin entasten, Zimtstange zerbröseln, Kardamom zerstoßen. Aus Kräutern, Gewürzen, Olivenöl und Honig eine Marinade bereiten. Marinade und Kürbisspalten in einen Vakuumbbeutel geben und auf der Einschubebene 3 im Dampfgarer bei 85°C für 40 Minuten garen.

Wissenswertes:

Der Hokkaido-Kürbis auf diese Art zubereitet, kann zu süßen wie auch zu salzigen Gerichten genossen werden. Zur Vesper, zu Wild oder lauwarm mit einem kräftigen Walnusseis oder Kirscheis mit einer Handvoll gecrunchter Amarettini darüber gestreut. Bei dieser Zubereitungsform entfaltet der Hokkaido-Kürbis eine ungeahnte Geschmacksfülle.