

## 43. Kalenderwoche 2016

# REZEPTE

## Butternut-Kürbis-Kuchen

### Zutaten:

Für 4 Personen



### Zubereitung:

ca. 45 Min. + Backzeit 30 Min. + Kühlzeit

500 g Butternut-Kürbis  
5 EL kaltes Wasser

Kürbis schälen, Kerne entfernen und das Kürbisfleisch in kleine Würfel schneiden. Kürbis in einen Kochtopf geben, Wasser zufügen und einen Deckel auflegen. Kürbis einmal aufkochen, auf mittlere Stufe zurückschalten und den Kürbis in ca. 15 Minuten weich kochen. Das evtl. noch vorhandene Kochwasser abgießen. Kürbis pürieren und abkühlen lassen. Den Backofen auf 200° Ober-/Unterhitze vorheizen.

200 g Margarine  
175 g Zucker, Salz  
4 Eier  
250 g Mehl  
3 TL Backpulver, Zimt  
1 TL Orangenschale

Margarine mit Zucker und einer Prise Salz in eine Rührschüssel geben und mit den Quirlen vom Handrührgerät cremig rühren. Eier nach und nach unter die Margarine rühren. Mehl mit Backpulver, Zimt und fein abgeriebener Schale einer Orange mischen. Mehl unter die Margarine rühren und zum Schluss einmal kurz auf hoher Stufe durchrühren. Das abgekühlte Kürbispüree unter den Rührteig mischen und auf ein gefettetes Backblech streichen. Das Blech auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Ofen bei 200° ca. 30 Minuten hell backen. Kuchen herausnehmen und abkühlen lassen.

2 Päck.  
Sahnepuddingpulver  
150 g Zucker  
3/8 l Orangensaft

Für den Belag Sahnepuddingpulver in eine Schüssel geben und mit

250 g Schmand  
1 TL Orangenschale  
2 Orangen

150 g Zucker mischen. Das Puddingpulver mit etwas Orangensaft glatt verrühren. Restlichen Orangensaft in einem Kochtopf zum Kochen bringen. Das angerührte Sahnepuddingpulver in den heißen Saft geben und unter Rühren kurz köcheln lassen, bis der Pudding anfängt, leicht anzudicken. Pudding in eine Schüssel umfüllen und ein Stück Klarsichtfolie direkt auf den Pudding legen, damit sich keine Haut bildet. Pudding gut abkühlen lassen. Schmand und fein abgeriebene Orangenschale unter den Pudding rühren und auf den abgekühlten Kürbiskuchen streichen. Die Schale der Orangen zusammen mit der weißen Haut abschneiden. Orangen in Scheiben schneiden und auf dem Pudding verteilen. Kuvertüre im Wasserbad schmelzen und über die Orangen träufeln. Den Kuchen bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.

20 g Kuvertüre

## Pak Choy-Gemüse, gebraten

### Zutaten:

Für 4 Portionen



### Zubereitung:

ca. 25 Min.

1 großer Pak Choy  
1 Zwiebel  
1 EL Öl  
1 EL Butter  
50 g Cashewnüsse  
3 Knoblauchzehen  
eine Prise Zucker  
Salz  
Sojasauce

Blätter vom Strunk entfernen, putzen, waschen und schräg in kleine Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Öl und Butter in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Zwiebel, Cashewnüsse, fein gehackten Knoblauch, Pak Choy und Zucker in die heiße Pfanne geben. Unter Rühren Pak Choy 8 bis 10 Minuten braten, bis der Pak Choy gar ist. Mit Salz und Sojasauce würzen. Dazu passen Basmatireis und gebratene Hähnchenbrust oder gebratene Garnelen.