

Gebackenes Knusper-Sesam-Ei mit süßsaurem Kürbis und Feldsalat
von Maximilian K.

Rezept für 4 Portionen

Süß-Saurer Kürbis:

1 Hokkaido-Kürbis

2 Liter Wasser

200 ml Essigessenz

1 kg Zucker

Salz, Gewürznelken, Zimt

Einmachgläser mit Gummis und Klammern

Die Einmachgläser gründlich auswaschen und abtrocknen. Die Gummiringe einige Minuten in Wasser auskochen und anschließend bis zur Verwendung in kaltem Wasser liegen lassen.

Den Kürbis in 2x2 cm große Würfel schneiden (ohne Kerne). Aus den anderen Zutaten einen Sud zubereiten. Die Kürbiswürfel in den kochenden Sud geben und 1x aufkochen lassen.

Anschließend Kürbiswürfel und Sud und die Gläser geben, Gummis und Deckel nass auf die gesäuberten Glasränder geben, die Gläser mit Klammern verschließen und im Backofen (E-Herd vorheizen 200°C) einkochen.

So halten die Gläser bis zu einem Jahr in der dunklen Vorratskammer. Man kann den eingelegten Kürbis aber auch schon nach 2 Tagen verzehren

Feldsalat mit Dressing:

Feldsalat

200 ml Brühe

1 Schalotte gewürfelt

4 EL Balsamico Bianco

1 TL Honig

Salz, Pfeffer

1 TL Olivenöl

E TL Kernöl

Tomatenwürfel oder Kirschtomaten

Kürbiskerne



Den Feldsalat waschen und putzen. Aus Brühe, Balsamico, Honig, Oliven- und Kernöl ein Dressing herstellen. Die gewürfelte Schalotte dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Salat auf einem Teller anrichten, Tomatenwürfel oder Kirschtomaten dazugeben und mit Kürbiskernen (in einer Pfanne ohne Fett angeröstet) garnieren. Den eingelegten Kürbis darüber geben.

Gebackenes Knusper-Sesam-Ei

10 Eier

Mehl, Semmelbrösel, Sesamkerne

Salz, Pfeffer

Pflanzenöl

8 Eier 6 Minuten lang kochen. Abschrecken und Schälen. Die restlichen 2 Eier aufschlagen und mit Salz und Pfeffer verquirlen. Mehl in eine Schüssel geben.

Semmelbrösel und Sesamkerne (die Panade soll zu 2/3 aus Semmelbrösel und 1/3 aus Sesamkernen bestehen) in eine weitere Schüssel geben.

Die Eier in Mehl, Ei und Panade nacheinander vorsichtig panieren. Danach in einer Fritteuse oder Topf in Pflanzenöl ausbacken, bis sie goldgelb sind.

Auf jeden Salatteller jeweils 2 Knusper-Sesam-Eier auf den Teller geben und kurz vor dem Servieren ein Ei anschneiden, das andere ganz lassen.

Man kann statt dem Feldsalat auch Rucola-Salat nehmen. Dazu schmeckt ein frisches Baguette.