



— Vorspeise —

Kürbissuppe mit Ingwer

Zutaten für 2 Personen: 250 g Hokkaido-Kürbis,
1 kleine Zwiebel, Kürbiskernöl, Ingwer, Curry, Zimt,
ca. 400 ml Gemüsebrühe, Sahne

Zubereitung: Den Kürbis gut waschen und mit Schale in Würfel schneiden, Zwiebel pellen und fein würfeln. Ein 2-3 cm langes Stück der Ingwerknolle der Länge nach vierteln. Alles zusammen in etwas Kürbiskernöl anschwitzen, etwas Curry dazugeben und mit der Brühe auffüllen und den Kürbis weich kochen (ca. 20 min). Die Ingwerstücke entnehmen und die Suppe mit dem Pürierstab pürieren, mit Salz evtl. etwas geriebenen Ingwer und einem Hauch von Zimt abschmecken. Wenn Ihnen die Konsistenz zu dick ist, ggf. noch etwas Wasser oder warme Gemüsebrühe dazu geben. Zum Servieren die Suppe in Schalen füllen, mit einem Esslöffel Sahne verfeinern, so dass sich weiße Schlieren in der roten Suppe bilden oder ein paar Tropfen Kürbiskernöl hinzugeben

Zubereitungszeit: ca. 30 min

— Hauptspeise —

Auberginenaufbau mit Schafskäse

Zutaten für 2 Personen: 1 Aubergine, kleiner Zweig
Rosmarin, eine halbe kleine Zwiebel, ca. 300 g
gekochte Kartoffeln, 2 Esslöffel Olivenöl, eine halbe
Dose Tomaten, 1 Esslöffel Balsamico, 150 g Schafskäse,
Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung: Die Kartoffeln ganz gar kochen. Die Auberginen in Scheiben schneiden und ein wenig salzen. Zwiebel würfeln, Rosmarinnadeln hacken. Kartoffeln pellen und in dicke Scheiben schneiden. Ofen auf 180° vorheizen. Eine Auflaufform fetten.

Zwiebelwürfel in 1 Esslöffel Öl andünsten. Tomaten und Rosmarin zugeben. 5 Minuten köcheln lassen, dann mit Salz, Pfeffer, Zucker und Balsamico abschmecken. Die Auberginenscheiben im restlichen Öl von beiden Seiten anbraten.

Kartoffeln in die Form schichten, mit Salz und Pfeffer würzen. Auberginen darauf verteilen und die Tomatensauce darüber gießen. Den Schafskäse zerbröseln und darüber streuen. In den Ofen schieben und ca. 15 Minuten goldbraun backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 min



— Nachspeise —

Kaffee-Kokos-Creme mit Himbeeren

Zutaten für 2 Personen: 50 g Vollmilchschokolade,
50 ml Kokosmilch aus der Dose, 120 g Himbeeren,
100 g Sahne, 1 Esslöffel Instant-Kaffeepulver,
1 Ei, 1/2 Banane, 1 Blatt Gelatine, 1 cl Kaffeelikör,
2 Esslöffel Zucker, Salz

Zubereitung: Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 50 ml Kokosmilch mit dem Kaffeepulver verrühren. Schokolade zerkleinern und im heißen Wasserbad schmelzen. Ei trennen, Eigelb mit der Kaffee-Kokos-Creme im heißen Wasserbad dickschaumig aufschlagen. Die Gelatine in der Creme auflösen. Den Kaffeelikör und die geschmolzene Schokolade unterrühren. Die Masse zwischenzeitlich im Kühlschrank kalt stellen. Die Eiweiße steif schlagen, dabei den Zucker langsam dazugeben. Sahne steif schlagen und beides nacheinander vorsichtig unter die Creme heben.

Die Banane schälen und in Scheiben schneiden. Die Himbeeren verlesen, ein paar schöne zur Seite legen. Die Hälfte der Creme in Gläser füllen, darüber die Früchte verteilen und die restliche Creme darauf geben. Mindestens 2 Stunden im Kühlschrank kalt stellen. Zum Servieren mit den restlichen Himbeeren belegen.

Zubereitungszeit: ca. 15 min + 2 Stunden Kaltstellen