

Diese Woche in ihrer Abo-Kiste

Kürbis „Sweet Dumpling“



- Geschmack:** Leicht süßlicher Geschmack mit Mandelaroma, deshalb besonders geeignet für Desserts und Kuchen
- Vitamingehalt:** Reich an Vitamin C, B1, Eisen und Kalium
- Aufbewahrung:** Bei Zimmertemperatur 4 Wochen und länger
- Verwendungsmöglichkeiten:**
- Vor Gebrauch schälen
 - Chutneys
 - Dessert's und Kuchen (anstatt Rübli)
 - Roh geraffelt unter Möhrensalat



Rezept

42/02

Kürbis-Dessert

**150 gr getrocknete
Aprikosen
200 ml Apfelsaft**

Aprikosen kleinschneiden und in Apfelsaft 10 Minuten kochen. In der Zwischenzeit **Kürbis schälen**, die faserigen Teile und Kerne entfernen. Fruchtfleisch würfeln. Die Hälfte der Aprikosenstückchen aus dem Topf nehmen und beiseite stellen.

**700 gr Kürbis
1 Prise gem. Ingwer
1 Prise Zimt
1 Prise Nelkenpulver**

Den Kürbis und die Gewürze zu den verbliebenen Aprikosen in den Topf geben und 8 – 10 Min. garen.

2 Teel. Honig

Mit Honig abschmecken. Die restlichen Aprikosenstückchen wieder dazugeben. Das Püree mind. 15 Minuten abkühlen lassen.

**100 gr Sahne
50 gr Mandeln
gehobelt**

Sahne steif schlagen und unter das Püree heben. Das Dessert mit den Mandeln garnieren.