

### **Kürbis-Gratin mit Reis und Parmesankruste** (für 4 Personen)

#### Zutaten:

150 g Risottoreis, 1 TL Butter, 500 ml Möhrensaft, 30 ml Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Currypulver, 800 g Kürbisfruchtfleisch (z.B. Hokkaido), 1 TL gehackte Petersilie, 5 EL geriebener Parmesan, 4 EL Semmelbrösel, 2 EL Olivenöl

#### Zubereitung:

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Den Reis in der Butter glasig anschwitzen. Möhrensaft zugießen, mit Salz, Pfeffer, Currypulver würzen. Das Ganze einmal aufkochen lassen, dann in einer flachen Auflaufform (20 x 30 cm) verteilen.

Kürbisfruchtfleisch in schmale Spalten schneiden und dachziegelartig auf das Risotto legen. Petersilie, Parmesan, Semmelbrösel und Olivenöl mischen und auf den Kürbisspalten verteilen. Gratin im Ofen ca. 40 Min. backen. Nach 20 Min. Backzeit mit Alufolie abdecken.

### **Kürbissuppe mit Hirse**

#### Zutaten für vier Personen:

500 g Hokkaidokürbis  
1,5 l Gemüsebrühe  
1 Stange Lauch  
100 g Goldhirse  
Salz, Pfeffer  
Currypulver



#### Zubereitung:

Kürbis waschen, vierteln, Fäden und Kerne entfernen.

Kürbis mit der Schale in kleine Stücke schneiden und in der Gemüsebrühe kurz aufkochen lassen.

Zehn Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen und anschließend pürieren.

Lauch waschen und in Ringe schneiden.

Goldhirse heiß abspülen, mit etwas Salz und den Lauchringen in die Suppe geben und alles weitere zehn Minuten köcheln lassen, bis die Hirse gar ist.

Mit Pfeffer und Currypulver abschmecken.