

Kürbis-Hirseauflauf

mit Schafkäse und Tomatensauce

Ein Rezept von Lena Fuchs (Mein leckeres Leben) im Auftrag für Gmundner Keramik



Zutaten (für 1 Auflaufform - 4 Portionen)

- ½ Stange Lauch
- 3 Knoblauchzehen
- 1 kleiner Hokkaido-Kürbis
- 200 g Hirse
- 4 EL Haferflocken, Kleinblatt
- 2 Eier
- 150 g Sauerrahm
- 200 g Schafkäse
- 4 EL Ahornsirup
- 100 g Mandeln
- 3-4 EL Olivenöl
- ¼ TL Kurkuma
- Frischer Thymian
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

GMUNDNER KERAMIK HANDELS GMBH

1TL Butter für die Form



GMUNDNER KERAMIK





Für die Tomatensauce

- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2TLTomatenmark
- 1 EL Ahornsirup
- 400 ml Tomaten-Polpa
- 2-3 EL Olivenöl
- Frisches Oregano oder Basilikum
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

- 1. Den Lauch in feine Ringe schneiden und den Knoblauch hacken. In einer großen Pfanne 2-3 EL Olivenöl glasig anschwitzen.
- 2. Den Kürbis samt der Schale in kleine Würfel schneiden. Die Kürbiswürfel mit in die Pfanne geben und ebenso ein paar Minuten mit anbraten. Gut mit Salz, Pfeffer und Kurkuma würzen. 2 EL Ahornsirup zugeben und leicht karamellisieren lassen. 3-4 EL vom angebratenen Gemüse aus der Pfanne nehmen und für später beiseitestellen.
- 3. Dann die Hirse mit in die Pfanne geben und mit dem Gemüse vermengen. Mit Wasser oder Gemüsebrühe aufgießen so dass alles bedeckt ist. Bei geringer Hitze 15 Minuten leicht köcheln lassen, bis die Hirse gar ist. Dabei immer wieder einmal umrühren.
- 4. Die Hirsemischung vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen. Dann die Eier, Sauerrahm, Haferflocken und die Hälfte vom Schafkäse untermengen. Nochmal mit Salz, Pfeffer und frischem Thymian gut abschmecken.
- 5. Eine Auflaufform mit Butter befetten. Die Hirsemischung einfüllen.
- 6. Mit den beiseite gestellten Kürbisgemüse, grob gehackten Mandeln und dem restlichen Schafkäse bestreuen. Zuletzt mit 2 EL Ahornsirup und etwas Olivenöl beträufeln.
- 7. Im Ofen bei 180°C Heißluft etwa 25 Minuten goldbraun backen.
- 8. Für die Tomatensauce Zwiebel und Knoblauch hacken und in Olivenöl glasig anschwitzen. Tomatenmark und Ahornsirup zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. 1-2 Minuten leicht karamellisieren lassen. Dann mit der Tomaten-Polpa aufgießen und 5 Minuten leicht köcheln lassen. Frische Kräuter zugeben und nochmal abschmecken mit dem Hirseauflauf servieren.



