

Bunter Gemüseteller – nicht nur für Vegetarier



Gemüse – mal anders

Wie zaubert man mit fünf Grundzutaten ein buntes Gemälde auf weiße Porzellanteller?

Mit etwas Geduld wird aus dem Rest der Kürbissuppe vom Halloweenfest ein schmackhafter Kürbisflan. Dazu habe ich in 250 ml kalte Suppe drei rohe Eigelbe gemischt und in gebutterte Tassen abgefüllt.

Um einen roten Sockel zu erhalten, benötige ich noch Rote-Beete-Mus. Dazu werden 200 g gekochte Beete mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker fein püriert. 100 g Beete-Mus abwiegen und mit einem Eigelb vermengen. Jetzt vorsichtig auf der Kürbismischung verteilen.

Die gefüllten Tassen (oder Förmchen) stelle ich in eine Auflaufform, die zur Hälfte mit heißem Wasser gefüllt ist. Im vorgeheizten Backofen müssen die Flans nun ca. 1 Stunde stocken (90°C; Umluft).

Bei den Kartoffelnocken habe ich mich für eine Spezialität entschieden: blaufleischige *Vitelotte* Kartoffeln. Die Kartoffeln koche ich mit Schale in Wasser weich. Anschließend werden sie geschält und gestampft. Das Ganze mit Butter, Rapsöl, Salz, Muskat und Pfeffer abschmecken.

Zum Anrichten den Flan auf den Teller stürzen und mit etwas Meerrettich und Kresse dekorieren. Etwas Rote-Beete-Mus verteilen und mit zwei Teelöffeln blaue Kartoffelnocken ausstechen und auf dem Teller platzieren. Zuletzt kleine Würfel von grünem Käse (Kräuterkäse oder Bergkäse mit Wasabi) auflegen.

Tipp: Dazu passt hausgebackenes Kürbis-Dinkelbrot.