

Warmer Kürbissalat Orientalischer Art

Schritte: 15

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten

4 Portionen

125 g	Kichererbsen	1/2 TL	Piment
3 EL	Tahin Sesampaste	2	rote Zwiebeln
2	Knoblauchzehen	1	großer Kürbis (ca. 800g)
4 EL	Olivenöl		Salz und Pfeffer
	Ras el Hanout Gewürzmischung	1 TL	Sesam
1	Limette	100 g	Joghurt
50 ml	Mineralwasser	1 Bund	Minze

Zubereitung

Die Kichererbsen abgießen, in einem Topf mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen eine rote Zwiebel und eine Knoblauchzehe schälen und dazugeben und bei mittlerer Hitze etwa 70 Minuten garen.

Inzwischen den Kürbis schälen, entkernen und das Fruchtfleisch in 2 cm große Würfel schneiden.

Eine Knoblauchzehe schälen und zerdrücken.

Anschließend die Kürbiswürfel mit 2 EL Olivenöl, Piment und der zerdrückten Knoblauchzehe mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf einem Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 200°C Umluft 20 bis 30 Minuten backen.

Währenddessen den Sesam in einer kleinen Pfanne ohne Öl hellbraun rösten.

Die Limette halbieren, auspressen und 3 EL Saft abmessen.

Tahin Sesampaste, Joghurt, restliches Olivenöl, Limettensaft und Mineralwasser verrühren und zum Sesam in die Pfanne geben.

Die Sauce mit Salz, Ras el Hanout Gewürzmischung und Pfeffer würzen.

Abschließend die rote Zwiebel schälen und in sehr feine Streifen schneiden.

Minze waschen und abtrocknen, in kleine Streifen schneiden und mit den Zwiebelstreifen mischen.

Die gegarte Kichererbsen abgießen und gut abtropfen lassen.

Kürbis und Kichererbsen unter die Zwiebel-Minze-Mischung heben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Kürbissalat zusammen mit der Joghurtsauce servieren.

Warmer Kürbissalat Orientalischer Art

Stand 11.12.2020