



Brackweder *Spargelhof*

Spargel · Erdbeeren · Kartoffeln · Kürbisse

frisch geerntete

Speise- & Zierkürbisse

Verschiedene Sorten:
z.B. Muscade de Provence-,
Butternut-, Spaghetti-,
Hokkaido-, Kürbisse für die
Mikrowelle,... und viele mehr.

(ab ca. Ende August)



Spaghetti-Kürbis mit Nuß-Tomaten-Sauce

Zutaten:

1 großer und 2 kleine Spaghetti-Kürbisse, Meersalz.

Tomatensauce: 600g Fleischtomaten, 1 Zwiebel, 2 Möhren,
100ml Olivenöl, Meersalz, Pfeffer.

Nußsauce: 30g gehackte Walnüsse, 2 EL Olivenöl, 1/2 l Tomatensauce, 80g Butter, Meersalz, Pfeffer.

Zubereitung:

Den ganzen Kürbis in Salzwasser 30 Min. kochen. 10 Min. abkühlen lassen. Für die Tomatensauce die Tomaten an der Spitze kreuzweise einschneiden, in einem Schaumlöffel in kochendes Wasser tauchen, bis sich die Haut löst. Die Früchte schälen, vierteln und den Stielansatz entfernen. Die Zwiebeln fein hacken. Die Möhren schälen und ebenfalls hacken. Zwiebeln, Möhren und Tomaten im Öl andünsten, köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Die Sauce pürieren und würzen. Die gehackten Nüssen im Öl andünsten. Die noch warme Tomatensauce und die Butter löffelweise beifügen. Es soll eine sämige Sauce entstehen. Würzen. Den wenig ausgekühlten Kürbis quer halbieren. Das Kürbisfleisch mit einer Gabel herausdrehen. Die Kürbisspaghetti im Dampf nochmals kurz erhitzen. Mit Salz würzen. Die Kürbis-Spaghetti auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Tomaten-Nuß-Sauce in die Mitte geben.

Guten Appetit!

Direkt vom Erzeuger Fam. Krüger

Täglicher Verkauf!

Sunderweg 46 • 33649 Bielefeld-Brackwede

Telefon 05 21 / 44 64 17

www.brackweder-spargelhof.de

- direkt gegenüber von IKEA -