



# REZEPT DER WOCHE

KW 43 23.10. – 29.10.2023

## Birnen-Endivien-Salat mit Schoko-Vinegar

(Für ca. 4 Personen)

### Das brauchen Sie:

- 100 g [Vollrohrzucker](#) (Art.Nr. 5255)
- 100 ml [Balsamico](#) (Art.Nr. 8451)
- 30 g [dunkle Schokolade](#) (Art.Nr. 9173)
- ½ TL [Dijonsenf](#) (Art.Nr. 8796)
- 1 [Endivienalat](#) (Art.Nr. 206)
- 2 [Birnen](#) (Art.Nr. 1029)
- 150 g [Roquefort](#) (Art.Nr. 2654)
- 10 [Walnüsse](#) (Art.Nr. 1908)
- Etw. Salz, Pfeffer frisch gemahlen

### Und so geht's:

Zucker und Essig vermischen, in einem Topf unter Rühren heiß werden lassen, bis der Zucker vollständig geschmolzen ist. Circa 5 Minuten kochen.

Topf von der Platte nehmen, gehackte Schokolade zugeben, verrühren. Kalt werden lassen, dann mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken.

Salat waschen, trockenschleudern, klein zupfen und auf vier Tellern verteilen. Birnen vierteln, Kerngehäuse entfernen, in Scheiben schneiden. Käse in kleine Stücke brechen, Walnüsse grob hacken.

Alle Zutaten auf die Teller verteilen und mit dem Dressing beträufeln.

## Würzig gefüllter Butternutkürbis

(Für ca. 4 Personen)

### Das brauchen Sie:

- 1 [Butternutkürbis](#) (Art.Nr. 196)
- 1 [rote Zwiebel](#) (Art.Nr. 402)
- 1 [Pastinake](#) (Art.Nr. 314)
- 1 [Möhre](#) (Art.Nr. 300)
- 3 [Champignons](#) (Art.Nr. 800)
- 1 EL [Curry](#) oder [Chilipaste](#) (Art.Nr. 8141/8227)
- 100 ml [Weißwein](#) (Art.Nr. 12200)
- 1 EL [Tomatenmark](#) (Art.Nr. 17124)
- 50 g [Haferflocken](#) (Art.Nr. 6258)
- 1-2 EL Gewürzmischung nach Wahl
- 250 g [Tofu](#) (Art.Nr. 14013)
- Etw. Salz, Zucker, Olivenöl
- Etw. [Petersilie](#) kraus, zum Dekorieren (Art.Nr. 450)

### Und so geht's:

Kürbis halbieren, das Kerngehäuse mit dem Löffel herausgeschabt. Den Kürbis in den kalten Ofen und dann auf 200 Grad Umluft schalten und je nach Größe etwa 35 Minuten garen lassen.

Währenddessen das Gemüse würfeln und alles in einem Topf direkt mit der Curry- bzw. Chilipaste und reichlich Olivenöl anbraten. Sobald das Gemüse ein bisschen glasig geworden ist, Tomatenmark dazu, etwa zwei Minuten mitbraten, salzen und mit Weißwein ablöschen. Das Ganze etwa 5 Minuten langsam köcheln lassen. Dann die Haferflocken dazu und von der Hitze nehmen. Diese binden die restliche Flüssigkeit. Tofu hinzufügen.

Den Kürbis, wenn er fast gar ist, aus dem Ofen nehmen und eine V-artige Rinne in das Fruchtfleisch schneiden, damit mehr Platz für die Füllung ist. Das so gewonnene Fruchtfleisch kleinschneiden und unter das Gemüse mischen. Kürbis mit der vorbereiteten Füllung befüllen und nochmal 20 Minuten bei 165 Grad garen.

Am Ende mit nicht wenig gutem Olivenöl finalisieren und etwas fein geschnittener Petersilie dekorieren.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

Bei Rückfragen sind wir für Sie erreichbar:  
Tel. (0 72 23) 8 06 22 30  
E-Mail: [info@deckersbiohof.de](mailto:info@deckersbiohof.de)  
[www.deckersbiohof.de](http://www.deckersbiohof.de)

**DECKERS**BIOHOF