

> Nussbraten mit Rotkraut und Kürbispüree

Deftiger Herbstgenuss



ZUTATEN:

Braten:

400 g	NATURATA Nusskernmischung
100 g	NATURATA Walnusskerne, halbe
2 EL	NATURATA Olivenöl Kreta
1 Stück	Zwiebel
1 Stück	Knoblauchzehe
2 Stück	Karotten
250 g	Maronen, vorgegart
2 Stiele	Rosmarin
3 Stiele	Thymian
3 EL	Semmelbrösel
150 g	Parmesan, gerieben
3 Stück	Eier
1 EL	Senf
3 EL	Sojasauce
2 EL	NATURATA Hefeflocken
	NATURATA Atlantik Meersalz
	Pfeffer

Rotkraut:

1 kg	Rotkraut
1 Stück	Apfel
2 EL	NATURATA Ahornsirup, Grad A
1 Stück	rote Zwiebel
5 EL	NATURATA Weißweinessig
200 ml	Granatapfelsaft
100 g	Granatapfelkerne
	NATURATA Atlantik Meersalz

Kürbispüree:

1 Stück	Hokkaido Kürbis
4 EL	NATURATA Olivenöl Kreta
	NATURATA Atlantik Meersalz
2 EL	Zitronensaft
1 Prise	Zimt

ZUBEREITUNG

1. NATURATA Nusskernmischung und NATURATA Walnusskerne einer großen Pfanne ohne Fett anrösten. Auskühlen lassen und grob hacken. Die Karotten schälen und fein raspeln, die Maronen fein Würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und ebenfalls fein würfeln.
2. 2 EL NATURATA Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel- und Knoblauchwürfel andünsten. Nun die geriebenen Karotten und Maronenwürfel hinzufügen und ebenfalls kurz andünsten.



- 3. Kräuter hacken. Alle Zutaten nun in eine Schüssel geben und gut miteinander vermengen. Die Nussbratenmasse in eine gebutterte Form geben und für ca. 30-40 Minuten bei 175°C Ober-/Unterhitze backen.
- 4. Rotkraut halbieren, Strunk entfernen und auf einem Gemüsehobel in feine Streifen hobeln. Apfel schälen, entkernen und ebenfalls fein hobeln. NATURATA Ahornsirup in einen Topf geben und leicht karamellisieren. Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebelscheiben im Ahornsirup kurz karamellisieren.
- 5. Geraspelten Rotkohl und Apfel hinzufügen und alles zusammen kurz andünsten. Mit NATURATA Weißweinessig und Granatapfelsaft ablöschen. Das Rotkraut ca. 40 Minuten dünsten. Gelegentlich umrühren. Granatapfelkerne hinzufügen und mit Salz abschmecken.
- 6. Kürbis gründlich waschen und die Enden abschneiden. Anschließend halbieren und die Kerne mit einem Löffel entfernen.
- 7. Die Kürbishälften mit der Schnittfläche nach unten auf ein Backblech setzen und mit 4 EL NATURATA Olivenöl beträufeln. Im Backofen für ca. 30-40 Minuten backen, bis das Fruchtfleisch weich ist.
- 8. Die weichen Kürbistücke in einen Mixer geben, fein pürieren und das Kürbispüree mit Salz, Zitronensaft und Zimt abschmecken.

Zubereitungszeit:	120 Minuten
Backzeit Braten:	ca. 30-40 Minuten
Temperatur Braten:	175°C Ober-/Unterhitze
Backzeit Kürbis:	200°C Ober-/Unterhitze
Temperatur Kürbis:	ca. 30-40 Minuten

**Abdruck honorarfrei
Belegexemplare erbeten**