

Kürbis-Nussbraten (Nut Roast) mit Rosenkohl

Zutaten für den Kürbis-Nuss-Braten (für 4 Personen):

- 1 kleiner Kürbis
- 2 Möhren
- 1 rote Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Stange Lauch
- Olivenöl
- 200 g gemischte Nüsse
- 0,5 TL geräuchertes Paprika-Pulver
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zweig Salbei
- 150 g Panko
- 1 EL Rosinen
- 4 getrocknete Aprikosen
- einige Cranberrys
- 5 getrocknete Tomaten
- 3 Eier
- Salz
- Pfeffer
- nach Belieben: weitere Gewürze

Ofen auf 180 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Kürbis halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Möhren, Zwiebel und Knoblauch schälen und ebenfalls würfeln. Lauch klein schneiden, waschen und abtropfen lassen. Etwas Öl in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin anschwitzen.

In der Zwischenzeit die Kräuter waschen und hacken. Die Nüsse ebenfalls hacken - das geht gut in einer Küchenmaschine. Getrocknete Aprikosen, Cranberrys und Tomaten fein schneiden und mit den Rosinen vermengen.

Wenn das Gemüse schön angeschwitzt ist, mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer würzen. In eine große Schüssel umfüllen und mit den restlichen Zutaten vermengen.

Eine Brotbackform mit Backpapier auslegen. Die Masse in die Form füllen und mehrmals festdrücken. Circa 45 Minuten im Ofen backen, bis der Braten goldbraun ist.

Zutaten für die Soße:

- 1 Bund Suppengemüse
- 3 Zwiebeln
- etwas Öl
- 1 l Rotwein
- 0,5 Tube Tomatenmark
- 1 Bund Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- etwas Honig
- etwas Aceto balsamico

Das Gemüse waschen, putzen und in walnussgroße Würfel schneiden. Das Öl in einem beschichteten Topf erhitzen und das Gemüse darin kräftig anbraten, sodass es schön Farbe bekommt. Erst dann das Tomatenmark hinzufügen und kurz mitrösten. Alles mit der Hälfte des Weins ablöschen und leicht köcheln lassen.

Wenn die Flüssigkeit fast verkocht ist, mit dem restlichen Wein auffüllen. Wahlweise noch etwas Wasser oder Brühe sowie Rosmarin hinzufügen. Hat die Soße eine schöne Farbe und Konsistenz, durch ein Sieb gießen und mit Salz, Pfeffer, Honig und Balsamico abschmecken.

Zutaten für den Rosenkohl:

- 300 g Rosenkohl
- Öl
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 1 Flocke Butter

Rosenkohl von den äußeren Blättern befreien und halbieren. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und den Rosenkohl darin langsam garen. Zwischendurch etwas Wasser in die Pfanne geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Wenn der Rosenkohl gar ist, Butter hinzufügen.

Zutaten für die Birnen:

- 3 Birnen
- 150 ml Weißwein
- 100 g Zucker
- Salz
- 1 Stange Zimt
- nach Belieben: etwas Vanille
- 1 Zitrone
- 1 Glas Preiselbeeren

Birnen schälen, vierteln und vom Kerngehäuse befreien. Zitrone auspressen. Weißwein mit Zitronensaft, etwas Wasser sowie Zucker, Salz, Zimt und Vanille in einen Topf geben und zum Sieden bringen. Die Birnenviertel 3-5 Minuten in dem Sud ziehen lassen.

Zum Servieren den Kürbis-Nuss-Braten in Scheiben schneiden und mit der Soße und dem gerösteten Rosenkohl auf Tellern anrichten. Birnen aus dem Sud heben, neben die Bratenscheiben legen und mit Preiselbeeren füllen.

Sendung/Quelle: Zora kocht's einfach

Sendetermin: 05.12.2021

Koch/Köchin: Zora Klipp und Marianus von Hörsten

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen