

Grundrezepte mit Patissons

Patisson ist eine Kürbisart, die wegen ihrer Form auch "UFO-Kürbis" genannt wird. Die noch jungen Kürbisse haben eine feste, aber dünne und nicht zu zähe Haut, die man gut essen kann. Sie eignen sich zum Füllen, für Gratin oder zum Plätzchen machen.

Gefüllter Patisson

- Deckel aufschneiden, Kerne entfernen, etwas aushöhlen, würzen
- Füllung mit Hackfleisch oder mit Quark/Käse/Kräuter/Ei
- Etwas Paniermehl mit Öl darüberstreuen
- Überbacken bei 200°C ca. 40min



Patisson Plätzchen

- Ca. 5mm dicke Plätzchen schneiden
- In wenig Öl beidseitig anbraten, bis sie etwas weich sind (oder grillieren)
- mit Kräutersalz, gepresstem Knoblauch und Sauerrahm bestreichen

Oder panieren wie panierte Plätzchen

Familie Hess, Grod 19, 5014 Gretzenbach hess-beeren.ch

Spaghetti-Kürbis Grundzubereitung:

Den Spaghetti-Kürbis längs halbieren und die Kerne entfernen.

Der Spaghetti-Kürbis kann im Ofen oder auf dem Herd gar gekocht werden:

Im Ofen: Die Schale der Kürbishälften mehrmals mit einem Spiesschen oder einer dicken Nadel einstechen. Bei 180 Grad ca. 40 Minuten garen.

Auf dem Herd: Im Dampf ca. 40 min garen oder im Dampfkochtopf ca. 20 min.

Anschliessend das weiche, faserige Kürbisfruchtfleisch mit einer Gabel lockern und aus der Schale lösen. In ein Sieb geben und gut auspressen. Gut würzen und weiterverarbeiten:

Varianten:

- Das Kürbisfruchtfleisch mit Salz und Pfeffer gut würzen und mit einem Stück (Kräuter-) Butter mischen. Ergibt eine feine Gemüsebeilage zu Fleisch und Fisch.
- Servieren Sie das gewürzte Kürbisfruchtfleisch mit Tomaten-, Basilikum- oder einer anderen Sauce wie richtige Spaghetti und reichen Sie Reibkäse dazu.
- Mischen Sie das Kürbisfleisch mit Reibkäse, Doppelrahm, Salz, Pfeffer und Muskatnuss und gratinieren Sie dies bei 200 Grad im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten.
- Mit einer Kräuter-Vinaigrette mischen und erkalten lassen.
- Übriggebliebenes Kürbisfruchtfleisch kann auch zu einer Gemüsesuppe weiterverarbeitet werden.

