

# appetito

## Oktober'19 Mais- Kürbis- Küchlein

► Rezept als Beilage für 4-6 Personen

► Oder als vegetarisches Hauptgericht zu verschiedenen Salaten

### Küchlein

4dl Wasser

½ TL Salz

1 EL Butter

zusammen aufkochen

120g sehr feiner Polenta,  
(Schnellmais)

zugeben, dabei kräftig rühren, zugedeckt quellen lassen  
während ca. 10 Minuten, gut durchrühren

► Etwas auskühlen lassen

1 Ei, verquirlt

1 EL Parmesan, gerieben

Evtl. Salz, Pfeffer

unter die lauwarmer Masse mischen, diese in runde, gefettete  
Förmchen auf ein vorbereitetes Blech geben (Backpapier  
auch einfetten) oder Taler daraus ausstreichen (6-8 Stück je  
nach Grösse)

### Belag

200g Kürbis, z. B. Muskat

daraus Scheiben von ½ cm dicke schneiden, 6- 8 grosse  
Sterne ausstechen, den Rest vom Kürbis in ca. 5mm kleine  
Würfelchen schneiden

1 EL mildes Olivenöl

in einer Bratpfanne erwärmen

1 Knoblauchzehe, gehackt

darin andünsten, danach die Kürbiswürfelchen während 3-4  
Min. dämpfen

Salz, Pfeffer

abschmecken, herausnehmen, auskühlen lassen

Kürbissterne

beidseitig im restlichen Fett 2-3 Min. braten, ebenfalls  
herausnehmen

Kürbiswürfelchen

50g Ricotta

1 gestrichener EL Parmesan

zusammen gut mischen, danach diese Mischung auf die  
Maistaler geben, so dass  
ringsherum ein Rand von knapp 1cm bleibt

Kürbissterne

in der Mitte platzieren

Wenig Butterflöckli

darauf geben

### Backen

Im auf 220 Grad vorgeheizten Ofen während 7-10 Min. golden backen, danach herausnehmen, mit  
einem Spachtel vorsichtig lösen.