

Kürbis-Sugo

Zutaten für:

	2 Portionen	
2	Essl.	Kürbiskernöl, Limonen- oder Olivenöl
2-3		Schalotten
1		Knoblauchzehe
300	Gramm	Muskatkürbis, geschält
1	Essl.	Honig
2	Essl.	Weißer Balsamico-Essig
		Salz, Pfeffer
		Kümmel aus der Gewürzmühle
		Chili aus der Gewürzmühle
150	ml	Kokosmilch oder Sahne
1	Essl.	Petersilie, gehackt
100	Gramm	Herzhaften Bergkäse, gerieben

Zubereitung:

Den Kürbis grob reiben, Schalotten und Knoblauchzehe schälen und fein würfeln.

Das Öl erhitzen. Schalotten und Knoblauch bei milder Hitze darin dünsten (ohne dass sie Farbe annehmen). Das Kürbisfleisch zugeben und alles weitere 5 Minuten unter Rühren dünsten bis der Kürbis weich aber noch leicht bißfest ist.

Den Honig zufügen und das Kürbisgemüse damit glasieren. Mit Essig ablöschen und mit Salz, Pfeffer, Kümmel und wenig Chili abschmecken. Mit der Kokosmilch oder Sahne ablöschen und so lange einkochen lassen, bis eine cremige Masse entsteht (ca. 10 Minuten leise köcheln lassen). Zum Schluß die gehackte Petersilie unterheben.

Den Sugo z.B. zu Spaghettini reichen und mit dem Käse bestreuen.

Zubereitungszeit: 30 - 40 Min.

.