

Jeden Moment genießen in

**VOR
ARL
BERG**



© Jessica Lerchenmüller

Kürbisaufstrich

Zutaten für 1 Portion (ca. 1 Glas/500-600 ml)

1 kleiner Hokkaido Kürbis
2 EL Olivenöl
2 Dosen weiße Riesenbohnen (240 g Abtropfgewicht)
1 Zitrone
1 EL Apfelessig
35 g Tahin (Sesammus)
1 TL Ahornsirup
1 TL Salz
Chiliflocken

Für das Topping:

2 EL geröstete Kürbiswürfel
1 EL Sesam
1 EL Kürbiskerne
1 EL Olivenöl
Chiliflocken

Dazu:

1 Packung Dietrich Riebel Chips

Zubereitung

Den Backofen auf 190 °C (Ober/Unterhitze) vorheizen. Den Kürbis waschen, halbieren, entkernen und in 1,5 cm große Würfel schneiden. Die Würfel in eine Auflaufform geben und mit Olivenöl beträufeln. Anschließend ca. 30 Minuten weich backen. Etwas auskühlen lassen. Für das Topping ca. 2 EL davon in eine Schüssel geben.

Die Bohnen in ein Küchensieb gießen, unter Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Bohnen, Kürbiswürfel, Zitronensaft, Apfelessig, Olivenöl, Tahin, Ahornsirup, Salz und Chiliflocken in einen Standmixer geben und zu einer cremigen Masse pürieren.

Den Bohnen-Aufstrich in eine Schüssel füllen und mit Kürbiswürfel, Sesam, Kürbiskernen, Olivenöl und Chiliflocken garnieren. Gemeinsam mit Riebel-Chips servieren.

Rezept: Jessica Lerchenmüller, vollmundig.org