

Birnen-Kürbis-Crumble mit Walnüssen

Zubereitungszeit:
ca. 1 Stunde

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	443kcal/ 1853 kJ		
Eiweiß:	11,4 g	Fett:	29,2 g
Kohlenhydrate:	34 g		

Zubereitung:

1. Kürbis in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Birnen vierteln, schälen, entkernen und ebenfalls würfeln. In eine leicht gebutterte Auflaufform geben. Zitronensaft, Thymian, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer zufügen und alles mischen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad (Gas: Stufe 2-3, Umluft: 160 Grad) ca. 15 Minuten garen.

2. In der Zwischenzeit Walnüsse in einem elektrischen Zerkleinerer nicht zu fein mahlen. Walnüsse mit Semmelbröseln, Parmesan, Butter, Cayennepfeffer und Petersilie in einer Schüssel zu Streuseln vermengen.

3. Etwa 2-3 Esslöffel von den Streuseln unter die Kürbis-Birnen-Mischung mengen. Restliche Streusel darüber verteilen. Weitere ca. 30 Minuten im Ofen backen. Anschließend etwas abkühlen lassen und servieren.

Tipp: Dieser Crumble eignet sich nicht nur hervorragend als raffinierte Beilage zu gebratenem Fleisch, sondern schmeckt auch als vegetarisches Hauptgericht.

Zutaten für 4 Portionen :

700 g	Muskat-Kürbis oder Hokkaido-Kürbis (ohne Schale und Kerne)
2	Birnen
	Saft von 1/2 Zitrone
1 – 2 TL	getrockneter Thymian
1 Prise	Kreuzkümmel
	Salz, Pfeffer
	etwas Butter für die Form
Für die Streusel	
80 g	kalifornische Walnüsse
80 g	Semmelbrösel
50 g	frisch geriebener Parmesan
50 g	geschmolzene Butter
1/2 – 1 TL	Cayennepfeffer
2 EL	gehackte Petersilie