

## Kürbissuppe

- von Veronika Handlos, einer unserer ersten Kundinnen (unser Lieferservice besteht seit 1988) ~ 1 Hokkaidokürbis, 1 Möhre, 1 Sellerieknolle, 1 Kartoffel, ½ Apfel, ½ Banane, Grünzeug der Jahreszeit entsprechend, 1 Chili, 2 EL gem. Ingwer, eine Pr. Kardamom, Sahne, Curry, Salz & Pfeffer ~ Alle Zutaten lässt man gemütlich kochen. Hühnerbrühe nach Empfinden dazu gießen, anschließend alles pürieren, etwas Sahne hinzufügen. Nochmals abschmecken.

**SUPPE:** Eine gute Suppe hält Leib und Seele zusammen. So hieß es in meinem Elternhaus und 7 Kinder saßen voll Hunger jeden Tag am Esstisch in der Zeit nach dem Kriege und später. Eine Suppe erfüllt gute Zwecke, zuerst stillt sie natürlich den ersten Hunger und zweitens schaut man sich an, redet und ist beieinander und es wird einem warm um's Herz. In meiner Jugend fehlte nie eine Suppe auf dem Mittagstisch und das habe ich bis heute noch festgehalten. Noch heute steht in meiner Küche die große blecherne Suppenterrine aus den 50er-Jahren. Sie wird in Ehren gehalten und manchmal hol ich sie vor – dann erzählt sie von früher. Ein Genuss ohne Reue!

## Kürbislasagne

~ 1 Hokkaidokürbis, 2 Kartoffeln, 2 Süßkartoffeln, 8 Möhren, 3 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 1 kl. Chilischote, 12 Lasagneplatten, 1 Handvoll gemischt Sonnenblumen- und Kürbiskerne, 2 EL Mehl, ½ l Milch, 150g Parmesan, 150g geriebener Mozzarella, 2 EL Butter, 2 l Gemüsebrühe, 1 Msp. Muskat, Salz & Pfeffer ~ Den Kürbis waschen und in grobe Würfel schneiden. Kartoffeln, Süßkartoffeln und Möhren schälen und grob würfeln und mit der Gemüsebrühe in einen Topf geben und ca. 30 Min. köcheln lassen, bis alles weich ist. Zwiebeln und den Knoblauch schälen. Die Chilischote entkernen und alle drei Zutaten so klein wie möglich hacken. Den Ofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Parmesan reiben. Die Butter in einem Topf schmelzen lassen, das Mehl einrühren, die Milch aufgießen. Auf kleiner Flamme köcheln lassen und dabei ständig umrühren, bis die Béchameloße schön cremig ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas Muskat würzen, dann vom Herd nehmen. Das weiche Gemüse abgießen, gut abtropfen und mit einem Pürierstab schön sämig pürieren. Anschließend die gehackte Zwiebel-Knoblauch-Chilimischung gleichmäßig unter die Masse rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles in die Auflaufform schichten. Eine Schicht Gemüsemasse, geriebener Parmesan, Lasagneplatten usw., bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Auf die letzte Schicht Lasagneplatten die Béchameloße gießen und den Mozzarella gleichmäßig darauf verteilen. Bei 180°C auf der mittleren Schiene ca. 40 Min. backen.

## Kürbissalat mit Feta

~ 1 Hokkaidokürbis, 200g Salat, 1 Granatapfel, 150g Feta, Kürbiskerne, 2 EL Olivenöl, Harissagewürz. Für das Dressing: 4 EL Olivenöl, 1 EL Weißweinessig, 1 TL Honig, 1 TL Senf, Salz & Pfeffer ~ Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Hokkaido waschen und in Würfel schneiden, dann mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Harissa mischen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech oder eine Auflaufform geben, ca. 30 - 40 Min. backen, bis er weich ist. Salat waschen und mit dem Dressing vermischen, mit Kürbis, Granatapfelkernen, gewürfeltem Feta und Kürbiskernen servieren.

## Spätsommer Pie

~ 2 Äpfel, 2 Zwetschgen, 1 Handvoll Trauben, 300g Mehl, 3 EL Semmelbrösel, 200g Butter, 1 Ei, 100g Zucker, Salz, Butter, 2 TL Zimt, 5 EL Zucker ~ Aus Mehl, Butter, Ei, Zucker und 1 Prise Salz schnell einen Teig kneten, eine Kugel formen, in Folie wickeln und ½ Stunden in den Kühlschrank stellen. Den Backofen auf 180°C Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Form gründlich ausfetten. 2/3 des Teiges 6-8 cm größer als die Form auswellen, hineingeben und an den Rändern überstehen lassen. Den Boden mit Semmelbröseln bestreuen und den Rest des Teiges in Formgröße ausrollen. Die Äpfel waschen, schälen, viertel, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwetschgen waschen, halbieren, entkernen und in Spalten schneiden. Die Trauben waschen, trocken tupfen und halbieren. Dabei evtl. die Kerne entfernen. Das Obst in die Form schichten und dabei immer wieder mit etwas Zucker und Zimt bestreuen. Den anderen Teig locker oben auf das Obst legen. Die Ränder der beiden Teige gut zusammendrücken und den Überstand abschneiden. Aus dem restlichen Teig können Deko-Elemente geformt werden, diese auflegen. Die Teigoberfläche stellenweise einschneiden, damit sie beim Backen nicht platzt. Im vorgeheizten Ofen 40-45 Min. backen. Nach Belieben lauwarm oder kalt servieren.

## Spätsommer

Morgens ist die Luft schon herbstlich angehaucht,

die Netze der jungen Spinnen sind mit lauter Tauperlen bespannt.

Nachmittags, wenn ich durch den Obstgarten gehe, riecht es herrlich nach Zwetschgen und Äpfel.

In den Weinbergen färben sich die Trauben langsam rot blau und gelb.

Abends, grillen noch vereinzelt die Grillen, und es wird kühler.

Von Brunhilde Braun