

Kürbis-Blechkuchen mit Ziegenkäse und Honig

Brennwerte 1260 kJ | 353 kcal
 Eiweiß 9,0 g
 Kohlenhydrate 33,7 g
 Fett 19,8 g

Vorbereitung 30 Minuten
 Gesamtzeit 1 Stunde 30 Minuten



FOOD FACTS

Dieser Kürbis-Blechkuchen kombiniert süßlich-würzigen Hokkaido-Kürbis auf luftigem Hefeteig mit cremigem Ziegenkäse und Honig. Hokkaido-Kürbis liefert Betacarotin und Ballaststoffe. Ziegenkäse punktet mit Eiweiß. Pflanzliches Zwiebel-Schmalz gibt dem Teig eine herzhafte Note ohne tierisches Fett. Honig rundet mit Enzymen und dezenter Süße ab.

Kürbis-Blechkuchen mit Ziegenkäse und Honig

Sonnengoldene Kürbisspalten, süßlich-würzig gebettet auf luftigen Hefeteig: unseren Kürbis-Blechkuchen mit Ziegenkäse und Honig. Die herbstliche Süße des zarten Kürbisses trifft auf den würzigen, cremigen Ziegenkäse, und wird von einer feinen Honignote harmonisch abgerundet. Eine ideale Kombination für alle, die das Zusammenspiel unterschiedlicher Aromen lieben.

Kürbis-Blech Kuchen mit Ziegenkäse und Honig

ZUTATEN FÜR DEN HEFETEIG

190 ml Vollmilch
25 g frische Hefe
1 TL Zucker
400 g Weizenmehl Type 550
1 Ei, Größe M
2 gestrichene TL Salz
100 g Deli Reform rein pflanzliches Schmalz Zwiebel

ZUTATEN FÜR DIE KÜRBISFÜLLUNG

1 kleiner Hokkaido-Kürbis (ca. 600 g)
250 g Zwiebeln oder Schalotten
50 g Deli Reform rein pflanzliches Schmalz Zwiebel
8–10 Stiele Thymian
1 Prise Kümmel
4 Eier, Größe M
200 g Ziegenfrischkäse
100 g Crème Fraîche
2 EL Honig
1 Bio-Orange (Abrieb und Saft)

SONSTIGE ZUTATEN

Salz und Pfeffer
Optional 1 TL Deli Reform rein pflanzliches Schmalz Zwiebel zum Einfetten

1 ZUBEREITUNG HEFETEIG

Für den Hefeteig die Vollmilch lauwarm erwärmen, nicht über 40 °C. Die Hefe hineinbröckeln, Zucker zugeben und unter Rühren auflösen. Etwa 5 Minuten stehen lassen. Das Weizenmehl zusammen mit dem Ei, dem Salz und dem Deli Reform rein pflanzliches Schmalz Zwiebel in eine Schüssel geben, die Hefe-Milch-Mischung hinzufügen und alles zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 45–60 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

2 ZUBEREITUNG HOKKAIDO-KÜRBIS

Währenddessen die Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden. Den Hokkaido-Kürbis halbieren und entkernen. Die Hälfte des Fruchtfleisches in dünne Spalten schneiden, die andere Hälfte fein reiben.

3 ZUBEREITUNG FÜLLUNG

In einer großen Pfanne das Deli Reform rein pflanzliches Schmalz Zwiebel erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Den geriebenen Kürbis zugeben und bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten mitgaren. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und den gezupften Thymianblättchen würzen und etwas abkühlen lassen. Dann mit den Eiern, dem Ziegenfrischkäse und der Crème fraîche verrühren. Honig, Orangensaft und -abrieb unterrühren und erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 ZUBEREITUNG KÜRBIS-BLECHKUCHEN

Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein tiefes Backblech mit Deli Reform rein pflanzliches Schmalz Zwiebel einfetten oder mit Backpapier belegen. Den Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche in Blechgröße ausrollen, auf das Blech legen und die Ränder leicht andrücken. Kürbis-Zwiebel-Mischung gleichmäßig auf dem Teig

verteilen, mit den Kürbisspalten belegen und auf mittlerer Schiene 20–25 Minuten goldbraun backen.

5 SERVIEREN

Lauwarm genießen und nach Belieben mit frischem Salat garnieren.

Tipp: Am besten lauwarm servieren – so kommen die Süße des Kürbisses, die herzhafte Note des Ziegenkäses und die feine Zwiebelwürze besonders zur Geltung. Dazu passt ein frischer Blattsalat wie Rucola mit leichter, säuerlicher Vinaigrette.

Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:
<https://www.deli-reform.de/rezepte>