



Sweet-Dumpling Kürbis gefüllt mit Pilzen

Zutaten für 4 Pers. **Zubereitungszeit** ca. 60 Min.

- 2 Sweet-Dumpling Den Ofen auf 200°C vorheizen.
Kürbisse Von den Kürbissen die Deckel abschneiden und den Kürbis mit einem Löffel aushöhlen.
Öl Auf ein geöltes Backblech stellen, den Deckel dabei neben den Kürbis legen, und ca. 20 Minuten vorgaren.
- 3 kleine Zwiebeln Zwiebeln schälen und klein hacken. In einer Pfanne glasig dünsten.
200 g Champignons Die Champignons putzen, in Scheiben oder Würfel schneiden und kurz mit den Zwiebeln anbraten.
- 200 g Spinat Den Spinat waschen grob hacken und unterrühren.
Salz, Pfeffer, Chili Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Chili würzen und die Mischung in die Kürbisse geben.
- 2 Zweige Petersilie Die Kürbisdeckel auflegen und für weitere 20 Minuten backen, bis die Kürbisse weich sind.
Die Petersilie grob hacken und zum Schluss über die Kürbisfüllung geben.

Radicchio-Salat mit Möhren

Zutaten für 4 Pers. **Zubereitungszeit** ca. 15 Min.

- 1 Radicchio Den Radicchio zerteilen und waschen. Wer es nicht gerne bitter hat, kann ihn 10 Minuten in warmes Wasser legen.
- 4 Möhren Die Möhren waschen und grob raspeln.
- 2 EL Butter Diese dann in der Butter unter Rühren leicht anbraten.
- Salz, Pfeffer, Kurkuma Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Kurkuma würzen und mit dem Essig ablöschen.
- 2 EL (Frucht-)Essig dem Essig ablöschen.
Schließlich über den Salat geben und warm servieren.