

Auflauf mit Sauerkraut und Lachs

Zutaten:

E 500 g Süßkartoffeln, **E** 350 g Hokkaido Kürbis, **E** 1 EL Honig, **E** 3 EL Sesamöl,
E 2 EL Butter, **E** 150 g Lachsfilet, **E** 150 g Bergkäse,
M 1 TL Ingwer kleingehackt, **M** ½ Chilischote, **M** ½ TL Senfsamen,
M ¼ TL Kümmel gemahlen, **M** ¼ TL Koriander gemahlen,
W ¾ TL Salz, **W** 1 EL Sojasauce, **W** 250 ml Wasser,
H 1 EL feine gehackte Petersilie, **H** 500 g Sauerkraut, **H** 250 g Saure Sahne,
F ½ TL frisches Kurkuma kleingehackt, **F** ¼ TL Kurkuma gemahlen.

Vorbereitung:

E Bergkäse reiben
E Süßkartoffeln schälen und in Würfel schneiden
E Hokkaido Kürbis von Fasern und Kerne entfernen, anschließend in mittlere Würfel schneiden
E Lachs in feine Scheiben schneiden
M Ingwer in Scheiben hobeln. Anschließend in Stifte, dann in feine Würfel schneiden
M Chilischote entkernen dann in feine Streifen schneiden
H Petersilie fein hacken
F Frisches Kurkuma in Scheiben hobeln und in Streifen schneiden, anschließend in feine Würfel schneiden

Eine Auflaufform mit 1 EL Butter ausfetten

Zubereitung:

Für das Süßkartoffel-Kürbis-Püree:

F In einem heißen Topf,
E Süßkartoffel- und Kürbiswürfel geben. Mit
M gemahlene Kümmel würzen.
W 150 ml Wasser darüber gießen und bei milder Hitze und mit aufgelegtem Deckel 10 – 15 Minuten dünsten, bis die Süßkartoffel und der Kürbis weich sind.
E Anschließend die Süßkartoffel und den Kürbis durch ein Sieb abgießen. Das restliche Kochwasser dabei auffangen und beiseite stellen.
Das Gemüse zurück in den Topf geben und mit einem Stampfer / Kartoffelpresse zu einem Püree verarbeiten.
1 EL Butter unter das Püree geben.
M Mit gemahlene Koriander
W und einem ½ TL Salz würzen.
H Die Petersilie und
F Kurkuma dazugeben. Alles gut miteinander verrühren.

Für das Sauerkraut:

- F** In einer heißen Wok Pfanne,
E das Sesamöl bei mittlerer Hitze erwärmen.
F Frischen Kurkuma leicht anbraten,
E Honig dazugeben und leicht karamellisieren lassen.
M Ingwer, Chilischote und Senfsamen kurz mitbraten lassen.
W Mit dem restlichen Salz würzen und der Sojasauce ablöschen.
H Das Sauerkraut dazugeben und alles gut miteinander vermengen.
W Ablöschen mit 100 ml Wasser. Hitze auf kleinste Stufe stellen und einen Deckel auflegen. Das Sauerkraut bei milder Hitze 15 Minuten garen.
H Saure Sahne dazugeben. Nochmals alles gut miteinander verrühren. Vom Herd nehmen und leicht abkühlen lassen.
- E** In eine ausgebutterte Auflaufform das Süßkartoffel-Kürbis-Püree füllen und glatt streichen.
Mit den Lachsscheiben belegen.
Gleichmäßig das Sauerkraut darüber verteilen und dem Bergkäse bestreuen.
- F** Den Auflauf im vorgeheizten Ofen bei 180°C Umluft, für 20 – 25 Minuten backen.