

Knusperlachs, Pesto und Ofenkürbis Sandwich



So wird's gemacht

Für den Ofenkürbis Den Kürbis halbieren, das Innere entfernen und die Hälften in dünne Scheiben schneiden, auf ein mit Backpapier oder Alufolie ausgelegtes Blech legen. Knoblauchzehen andrücken und neben dem Kürbis verteilen. Puderzucker über den Kürbis streuen, gleiches gilt für Pfeffer, Salz und Kräuter. Bei 100°C-120°C mindestens 1 Stunde trocknen – über Nacht im geöffneten Ofen weiter trocknen lassen.

Für das Pesto: Basilikum und Spinat in ein hohes Gefäß geben und nach Belieben pürieren. Pinienkerne rösten, fein hacken und mit dem Knoblauch hinzugeben und kurz pürieren. Nun den Parmesan fein reiben und unter die Masse geben, gut umrühren. Zum Schluss nach Belieben Olivenöl hinzugeben bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. In sterilisierte Gläser füllen und mit Olivenöl aufgießen oder sofort verwenden.

Für den Lachs die Pekannüsse fein hacken. Das Soft Bröd toasten und ebenfalls fein hacken, mit einem Pürierstab zermahlen. Nüsse und Brot gemeinsam mit dem gehackten Basilikum in eine Schüssel geben und mit den Gewürzen vermengen.

1 Ei auf einen Teller geben und gut verquirlen. Auf einen zweiten Teller das Mehl geben. Den Lachs in die gewünschte Größe schneiden, von beiden Seiten in das Mehl tauchen und danach in die Ei-Masse geben. Zum Schluss mit der Pekan-Mischung ummanteln. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Lachs von beiden Seiten goldbraun je 1 Minuten anbraten. Lachs in eine gefettete Ofenform geben und etwa 15-20 Minuten (je nach Größe) garen.

Nun die Sandwiches anfertigen. Hierfür je eine Scheibe Harry Soft Bröd mit Mozzarella belegen und eine Scheibe ohne Käse auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und etwa 5-10 Minuten bei 180°C Umluft auf mittlerer Schiene rösten. Die unbelegte Scheibe herausnehmen, mit Salat, Lachs, Kürbis sowie Pesto belegen und die Käse-Brot-Scheibe mit dem Käse nach unten auf das Sandwich legen. In der Mitte halbieren und servieren.

Einkaufsliste:

Ofenkürbis

1kleinen Hokkaido
3-4 Knoblauchzehen
1EL Puderzucker
1EL Salz
Pfeffer nach Belieben
Oregano, Majoran und Basilikum
nach Belieben
4-5 EL Olivenöl

Für Pesto:

80g Spinat
50g Basilikum
50g Pinienkerne
50g Parmesan
1 Knoblauchzehe
Olivenöl

Für den Lachs:

200g Pekannüsse
1-2 Scheiben Harry Soft Bröd
6-7 Blätter Basilikum
1TL schwarzen Pfeffer
1TL Salz
600g Lachs
1 Ei
50g Mehl
3EL Olivenöl

Außerdem:

Harry Soft Bröd
200g Mozzarella
Salat nach Belieben