

# Tatar, Kürbis, Rote Bete, Pilze, Rote-Bete-Pesto

## Für zwei Personen

### Für das Tatar:

200 g vorgegarte Rote Bete	1 Hokkaido-Kürbis	100 g braune Champignons
1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Orange	50 g Walnüsse	50 g zimmerwarme Butter
2 EL Frischkäse	1 TL Weißweinessig	1 TL Dijon-Senf
1 geh. Msp. Quatre-Epices-Gewürz	1 TL Sesamöl	1 EL Sonnenblumenöl
3 EL Semmelbrösel	1 EL Zucker	Salz, Pfeffer

### Für das Rote-Bete-Pesto:

1 große vorgega. Rote Bete	1 kleine, rote Zwiebel	1 Zitrone
1 TL Honig	50 ml Sonnenblumenkerne	Olivenöl, Salz

### Für das Ciabatta:

$\frac{1}{2}$ Ciabatta	Olivenöl
------------------------	----------

**Für das Tatar:** Den Backofen auf 180 Grad Unterhitze vorheizen.

Kürbis putzen und zwei etwa 5 mm dicke Scheiben vom Kürbis abschneiden. Mit einem Anrichtering jeweils einen Kreis ausstechen.

Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Zusammen mit Semmelbröseln und Butter zu einer Masse verkneten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung auf den Kürbisscheiben verteilen. Bei 180 Grad für 20 Minuten im Ofen garen, dann für 3 Minuten mit der Grillfunktion gratinieren.

Walnüsse in einer heißen Pfanne ohne Fett rösten, dann grob hacken und beiseitestellen. Restliches Kürbisfleisch vom Kerngehäuse befreien, in kleine Würfel schneiden und in einer heißen Pfanne ohne Fett für eine Minute andünsten. Dann mit Zucker bestreuen und kurz karamellisieren lassen. Der Kürbis soll nur außen ganz leicht garen, innen jedoch knackig bleiben. Kürbiswürfel mit den Nüssen mischen und den Senf unterrühren.

Diese Masse bildet die erste Schicht des Tatars.

Rote Bete würfeln und mit dem Frischkäse mischen. Orange unter heißem Wasser abspülen, Orangenschale abreiben und ein wenig Orangenabrieb zur Rote Bete geben. Weißweinessig hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und alles erneut vermengen. Diese Masse bildet die zweite Schicht.

Champignons putzen und fein würfeln. Frühlingszwiebeln putzen, in Ringe schneiden und zusammen mit den Champignons und Quatre Epices- Gewürz kurz in wenig Sonnenblumenöl andünsten. Das Sesamöl darüber träufeln und die Mischung salzen. Diese Mischung ergibt die 3. Schicht des Tatars.

Nun die einzelnen Komponenten bzw. Schichten des Tatars in einem Servierring aufeinander-schichten und die warme Kürbishäube aufsetzen.

Teller mit einigen übrigen Kürbis- und Rote-Bete-Würfeln dekorieren.

**Für das Rote-Bete-Pesto:** Sonnenblumenkerne in einer Pfanne anrösten. Rote Bete würfeln.

Zwiebel abziehen, vierteln und in einem Topf in Olivenöl glasig schmelzen. Vom Herd nehmen und die Rote Bete und auch Sonnenblumenkerne hinzugeben. Alles mit dem Pürrierstab mixen. Zitrone halbieren. Pesto mit einem Teelöffel Zitronensaft, Honig und etwas Salz abschmecken.

**Für das Ciabatta:** Ciabatta in Scheiben schneiden, mit Olivenöl einstreichen und unter dem Grill knusprig rösten. Ciabatta-Scheiben mit Rote-Bete-Pesto bestreichen.

Klaus Köppern am 21. September 2021