

## Profi-Kochschule



## Gourmet-Rezepte

Ein sehr guter Freund von mir ist ein Koch der Spitzengastronomie und führt in München eine kleine, feine Showküche. Die folgenden Rezepte sind sehr leicht zum Nachmachen, eine wahre Gaumenfreude, speziell für die kalten Tage.

### Das Rezept für Kürbis-Pesto lautet:

Etwa 500 g Muscatkürbis weich kochen. Abtrocknen lassen. In einen Mixer geben.  
Dazu:

- eine Prise Cocuma-Pulver
- eine Knoblauchzehe, zerdrückt
- Pinienkerne oder Kürbiskerne
- Salz
- Olivenöl
- Parmesan
- eine getrocknete Schmortomate oder ein EL Schmortomaten-Pürée

Alles gut durchmischen. Fertig!

### Für den Kürbis-Brotaufstrich benötigt Ihr:

300 - 500 g Muscatkürbis  
150 g Philadelphia  
150 g Crème fraîche  
80 g Sauerrahm  
1 EL Schmortomatenpürée  
Frisch gehackten Koriander

Abschmecken und etwas Salz, Cheyenne-Pfeffer und Zitronengras dazu geben.  
Der Muscatkürbis muss vorher auf einem Backblech mit grobem Meersalz (die Kürbisspalte wird darauf gesetzt) im Ofen gegart (ca. 150-170 Grad, ca. 1 1/2 Stunden).

Ihr könnt auch direkt bei ihm einen Kochkurs besuchen, solltet Ihr in und um München leben. Details findet Ihr im Eventbüro unter „[Trendige Showküche](#)“.