



Süßkartoffel-Pastinake-Kürbis Gratin

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Süßkartoffeln
300 g Pastinaken
400 g Muscat-Kürbis
400 g Butternut-Kürbis
2 - 3 Knoblauchzehen
2 TL Ingwer frisch gerieben
250 g Rinderhüftsteak
4 EL Alba Öl - Butteröl
2 EL Peperoncino Piccante Olivenöl (zum anbraten für Steak)
2 EL gehackter Thymian
2-3 TL Koriandersamen gemörsert
80 g würziger Käse (Bergkäse o.ä.)
400 ml Kokosmilch
250 ml Gemüsebrühe
Salz
Pfeffer frisch gemahlen
50 g gehackte Walnüsse

Zubereitung:

Pastinaken und Süßkartoffeln putzen, schälen und würfeln. Muscat- und Butternut schälen und Kerngehäuse herausschaben. Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Knoblauch hacken. Ingwer schälen und reiben, Koriandersamen im Mörser fein zerreiben.

Alba Öl erhitzen. Pastinaken, Süßkartoffeln und Kürbisse darin 8 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Thymian und Knoblauch kurz mitbraten. Mit Kokosmilch ablöschen, Ingwer, Koriandersamen, Walnüsse zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Backofen auf 200° C (Umluft 180°C) vorheizen.

Das Hüftsteak in Streifen schneiden und in Olivenöl scharf anbraten, dann zusammen mit dem Gemüse in eine Auflaufform füllen. Gemüsebrühe zugeben, die Auflaufform sollte zur Hälfte mit Flüssigkeit gefüllt sein.

Den Bergkäse grob raspeln und über dem Gemüse verteilen.

Dann im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene ca. 35 Min. garen. Das Gemüse sollte noch Biss haben Garzeit ist abhängig von Würfelgröße und Backofen.

Zum Servieren evtl. mit frischem Koriander garnieren.

Tipp:

Wer es gerne etwas pikanter mag, Alba Öl durch Peperoncino Piccante ersetzen.