

Rezept der Woche: Eine Art Kürbispesto für die Pasta

Natürlich hab ich mir dieses Rezept auch nicht stehend freihändig ausgedacht, sondern mich inspirieren lassen von Vorschlägen, wie man sie u.a. in Frauenzeitschriften findet. Denn neben den [Kolumnen von Nigel Slater im Guardian](#) ist mir der Kochteil der "Brigitte" eine wichtige Quelle. Ob ich aber dort die Idee für dieses Kürbispesto gestohlen habe, weiß ich jetzt nicht mehr genau. Jedenfalls: Ja, es ist wieder Kürbiszeit! Und erneut spielt der quietschorangene Hokkaido die Hauptrolle.

Wie man dem Wort "Pesto" schon ansieht, heißt es auf Deutsch wörtlich einfach "Paste". Und dazu sagt [Wikipedia](#):

Eine Paste ist ein Feststoff-Flüssigkeitsgemisch (Suspension) mit einem hohen Gehalt an Festkörpern. Pasten sind nicht mehr fließfähig, sondern streichfest.

Beim klassischen Pesto Genovese bildet das Olivenöl die Flüssigkeit, während aus Basilikum, Knoblauch, Pinienkernen und geriebenem Parmesan der Feststoff wird. Ganz allgemein kann man aber sagen, dass Pesto immer aus einem Kraut oder Gemüse, etwas Nussigem, Knoblauch und Öl besteht. Dass es nun ausgerechnet Kürbis ist, der als Gemüse fungiert, liegt an der Jahreszeit. Während man beim grünen Pesto einen Brei aus Basilikum und Öl erzeugt, ist der weichgebackene Kürbis an sich das breiige Element.

LESEBETEILIGUNG: 5 EURO FÜR TD

Dir gefallen unsere Rezepte der Woche? Du möchtest unsere Arbeit unterstützen? Nichts leichter als das! Kauf eine [Lesebeteiligung in unserem Shop](#) - zum Beispiel in Form von [5 Euro](#) - und zeige damit, dass The Düsseldorfer dir etwas wert ist.

Die Zutaten (für ca. 4 Portionen):

500 g Würfel vom Hokkaido-Kürbis
1 Handvoll Cashew-Kerne
1 kleine Handvoll Salbeiblätter
1 ~ 2 Knoblauchzehen
allerbestes Olivenöl
Salz, Pfeffer, frisch geriebene Muskatnuss

Die Zubereitung:

In meiner Variante brauchst du also einen Hokkaido, Knoblauch, Salbeiblätter, Cashew-Kerne, Öl und Salz. Weil die Kürbisse unterschiedlich groß sind, basieren alle folgenden Mengenangaben auf einem Kürbisgewicht (nach dem Würfeln!) von 500 Gramm. Übrigens bietet es sich beim Pesto an, den Hokkaido ausnahmsweise zu schälen, damit der Brei homogener wird. Zunächst aber halbiert du den Kürbis und kratzt das Innere aus. Dann

zerlegst du ihn in Viertel, die wiederum in Schnitze, welche du dann grob schälst. Schließlich machst du Würfel draus. Nimm ein halbes Kilo davon und tu den Rest zur anderweitigen Nutzung in eine Tupperdose in den Kühlschrank, wo sich die Kürbisteile locker drei, vier Tage halten.

Heiz den Backofen auf 150° (Umluft) vor. Nimm eine Auflaufform und gib reichlich Olivenöl hinein. Gib die Kürbiswürfel dazu; sie sollten in einer Schicht dort liegen. Nimm ein oder zwei Knoblauchzehen, schäle sie und schneide sie in feine Scheiben. Leg die Knoblauchscheiben auf den Kürbis und schieb die Form ins Backrohr. Dort müssen die Würfel ungefähr 30 bis 35 Minuten backen. Nimm eine kleine Handvoll frische Salbeiblätter und schneide sie in Streifen. Der Salbei kommt etwa zehn Minuten vor dem Ende der Garzeit auf die Kürbiswürfel. Ob die schon gar sind, kannst du mit einem Zahnstocher oder einem Holzspieß feststellen: wenn der durchgeht wie nix, ist der Kürbis richtig.

Zwischendurch röstest du eine gute Handvoll Cashew-Kerne in der trockenen Pfanne; dabei dürfen schon dunkelbraune Stellen an den Nüsschen entstehen. Lass die Kerne abkühlen und hack sie grob mit dem Messer durch. Wenn der Kürbis gar ist, gib den Inhalt aus der Form in eine Schüssel. Füge die Cashew-Kerne hinzu sowie großzügig Olivenöl. Nun wird der Brei erzeugt. Ich mach das am liebsten mit dem Kartoffelstampfer, aber es geht auch mit einem Holzkochlöffel oder was immer du auch benutzt, um Kartoffeln in Püree zu transformieren. Was gar nicht geht: der Pürierstab, denn der würde eine klätschige Masse bewirken, die nicht nett aussieht und kein schönes Gefühl auf der Zunge erzeugt. Der Brei darf auch stückig bleiben, es kommt mehr darauf an, dass Kürbis, Knoblauch, Salbei und Cashews mit dem Öl innig vermischt werden.

Abgeschmeckt wird das Pesto mit geriebener Muskatnuss, schwarzem Mühlenpfeffer und Salz. Zum Servieren rührst du ein paar Esslöffel vom heißen Nudelkochwasser hinein. Ob auf Nudeln und Pesto noch Parmesan muss, ist Geschmacksache...