



# Das regionale Hofzeit Kistl

## Hirsebällchen AUF KÜRBISPÜREE



### Kürbis-Püree - Zubereitung:

1. Den Kürbis schälen. Dann von Fasern und Kernen befreien. Anschließend würfeln und ca. 10 Min. lang gar kochen.
2. Das Kochwasser abgießen, dabei einen Teil auffangen und zur Seite stellen.
3. Die Kürbiswürfel gut abtropfen lassen.
4. Inzwischen Zwiebel sowie Knoblauch abziehen, würfeln und zum Kürbis in den Topf geben.
5. Ingwer, Öl, Salz und Pfeffer zugeben und das Ganze pürieren.
6. Beiseite gestelltes Kochwasser begeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

### Hirsebällchen - Zubereitung: *(auch vegan möglich)*

1. Hirse kurz abwaschen, mit 500 ml Brühe und Kurkuma oder Curry aufkochen und bei geschlossenem Deckel auf niedriger Stufe 30 Minuten köcheln lassen.
2. Mit Salz, Pfeffer würzen.
3. Gut abkühlen lassen und den Käse oder Hefeflocken untermischen.
4. Mit feuchten Händen aus der Hirsemasse kleine Bällchen formen.
5. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Bällchen auf jeder Seite knusprig und goldig anbraten.

**Mit Püree, Kräuter und gerösteten Samen anrichten und mit einem Salat servieren.**

Menge	Zutaten - Püree
1 Stk.	Hokkaido Kürbis
50 g	Ingwer
2 Stk.	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
80 ml	Sonnenblumenöl
etwas	Salz & Pfeffer

Menge	Zutaten - Hirsebällchen
250 g	Goldhirse
500 ml	Gemüsebrühe
1/2 TL	Kurkuma oder Curry
60 g	geriebener Käse (würzig)
ODER	Hefeflocken (statt Käse)
etwas	Salz & Pfeffer