

## Blutorangen-Sorbet in Hippen

Dieses PDF Rezept wurde von [www.backrezepte24.de](http://www.backrezepte24.de) heruntergeladen

Backen  
Gemüse  
Linse  
Kürbis

1 sm Kürbis (ca. 2kg)  
Salz  
20 g milde Pfefferschoten  
10 g frischer Ingwer  
4 Knoblauchzehen  
1 Orange (mit unbehandelter  
; Schale)  
2 tb Koriandergrün  
2 tb Currypulver (mild)  
100 g getrocknete Aprikosen  
250 g Zwiebeln  
6 tb Öl  
250 g rote Linsen  
6 Eier  
1/4 l Schlagsahne

Vom Kürbis einen flachen Deckel abschneiden, den Stielansatz ringförmig ausstechen. Den Kürbis mit Küchenmesser und Löffel aushöhlen, dabei einen Rand von etwa 2 cm stehen lassen. Wattiges Fleisch und Kerne entfernen. Den Kürbis mit Salz austreuen und umgedreht abtropfen lassen, bis alle anderen Zutaten vorbereitet sind. Für die Gewürzmischung Pfefferschoten, Ingwer und Knoblauch putzen und grob hacken. Die Hälfte der Orange dünn abschälen, die Schale in streifen schneiden. Den Koriander abzupfen. Alles vermengen und sehr fein hacken, mit dem Currypulver mischen. Das Kürbisfleisch (ca. 350 g) und die Aprikosen fein würfeln. Die Zwiebeln pellen und ebenfalls würfeln. Alles in Öl bei schwacher Hitze unter Rühren in 5 Minuten glasig dünsten. Die Gewürzmischung unterrühren und kurz anschwitzen. Die Linsen untermischen. Die Orange auspressen, den Saft dazugießen, mit Salz würzen und sofort vom Herd nehmen. Den Kürbis von innen trockenreiben, die Füllung (bis auf 4 EL) locker hineingeben. Eier und Sahne verquirlen, salzen und langsam über die Füllung gießen. Den Kürbis mit seinem abgeschnittenen Deckel zudecken und in eine flache, ofenfeste Form setzen. Bei 175° (Gas 2, Umluft 1 1/2 Std. bei 150°) 1 3/4 Stunden backen. Den Deckel abnehmen, den Rest Füllung auf der Oberfläche verteilen. Im ausgeschalteten Ofen weitere 15 Minuten nachziehen lassen, dann in der Form servieren.

**VORSICHT BEIM FÜLLEN!** Der Kürbis darf nicht bis zum Rand gefüllt werden, da er sonst eventuell platzt oder die Eiersahne überläuft. Wenn man das Gefühl hat, der Kürbis sei eher klein ausgefallen, sollte man statt der 6 Eier nur 5 und entsprechend weniger Sahne nehmen.

\*Quelle: Essen&Trinken 9/94 Erfasst von Sylvia Mancini