

Kürbisblüten im Backteig



Hauptspeise
Rezeptart



30 Minuten
Zubereitung



leicht
Schwierigkeit



Zutaten für 4 Portionen

12 Kürbisblüten
Rapsöl zum Ausbacken

Für den Backteig:

7 dag Mehl
2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
1 Eidotter
1 Eiweiß zu Schnee geschlagen
1/8 l Weißwein
Salz
nach Belieben: 2 TL fein geriebene
Steirische Kürbiskerne

Paradeiser-Soße:

2 Dosen geschälte Paradeiser
1/2 Zwiebel
Pimentpfeffer
frische Kräuter (Thymian, Petersilie)
Salz

Beilagen:

in Olivenöl, mit Pfeffer und Salz kurz
angebratene Zucchinischnitten (oder
vom noch grünen Ölkürbis)
frischer Salat mit Steirischem
Kürbiskernöl g.g.A.

Zubereitung

Blüten vom grünen Ansatz lösen, kalt waschen und gut trocknen.

Für den Backteig zuerst das Ei trennen und Eischnee schlagen. Dann aus Mehl, Eidotter, Wein und Salz (und evtl. fein geriebenen Kürbiskernen) einen Backteig bereiten, den Eischnee unterheben.

Blüten durch den Backteig ziehen und im heißen Rapsöl goldgelb backen.

Für die Soße zuerst den Zwiebel fein hacken und in etwas Rapsöl leicht anschwitzen. Grob geschnittene Paradeiser aus der Dose dazu geben und erhitzen. Soße mit Pimentpfeffer, fein gehackten frischen Gartenkräutern und Salz nach Belieben abschmecken.

Nach Belieben noch Zucchini oder Scheiben vom jungen Steirischen Ölkürbis anbraten und als Beilage servieren. Weiters ergänzt ein frischer gemischter Salat mit Kürbiskernöl-Marinade das Gericht hervorragend.

Tipp: Die Blüten im Backteig können auch einfach nur als schneller Vorspeise bzw. Sommersnack oder Fingerfood, allein mit Paradeiser-Soße gereicht werden.

Rezept von Theresia Fastian, www.fastian.at / Foto: Stefan Kristoferitsch