



Birnen-Kürbis-Crumble mit Walnüssen



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 443kcal/ 1853 kJ
Eiweiß: 11,4 g Fett: 29,2 g
Kohlenhydrate: 34 g

Zubereitungszeit:
ca. 1 Stunde

Zubereitung:

1. Kürbis in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Birnen vierteln, schälen, entkernen und ebenfalls würfeln. In eine leicht gebutterte Auflaufform geben. Zitronensaft, Thymian, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer zufügen und alles mischen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad (Gas: Stufe 2-3, Umluft: 160 Grad) ca. 15 Minuten garen.
2. In der Zwischenzeit Walnüsse in einem elektrischen Zerkleinerer nicht zu fein mahlen. Walnüsse mit Semmelbröseln, Parmesan, Butter, Cayennepfeffer und Petersilie in einer Schüssel zu Streuseln vermengen.
3. Etwa 2-3 Esslöffel von den Streuseln unter die Kürbis-Birnen-Mischung mengen. Restliche Streusel darüber verteilen. Weitere ca. 30 Minuten im Ofen backen. Anschließend etwas abkühlen lassen und servieren.

Tipp: Dieser Crumble eignet sich nicht nur hervorragend als raffinierte Beilage zu gebratenem Fleisch, sondern schmeckt auch als vegetarisches Hauptgericht.

Zutaten für 4 Portionen :

- 700 g Muskat-Kürbis oder Hokkaido-Kürbis (ohne Schale und Kerne)
- 2 Birnen
- Saft von 1/2 Zitrone
- 1 - 2 TL getrockneter Thymian
- 1 Prise Kreuzkümmel
- Salz, Pfeffer
- etwas Butter für die Form

Für die Streusel

- 80 g kalifornische Walnüsse
- 80 g Semmelbrösel
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- 50 g geschmolzene Butter
- $\frac{1}{2}$ - 1 TL Cayennepfeffer
- 2 EL gehackte Petersilie