

Herzhafter Kürbiskuchen

Zutaten (1 Blech):

für den Teig:

- 300 g Dinkelmehl
- 1 EL Zucker
- 1 großzügige Prise Salz
- 1 Ei
- 100 g Frischkäse
- 100 ml Wasser

für den Belag:

- 1 Hokkaido-Kürbis (klein)
- 1 Paprika
- 1 große Zwiebel
- ca. frische 80 g Champignons
- 200 ml Sahne
- Salz
- Pfeffer
- frische gehackte Kräuter (z.B. Thymian oder Petersilie)
- Olivenöl zum Anbraten
- 1 Stück Gouda jung gerieben

Anleitung:

1. Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.
2. Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und miteinander zu einem glatten Teig verrühren/verkneten. Dies gelingt mit einer einfachen Gabel. Es kann aber auch das Handrührgerät samt Knethaken in Einsatz gebracht werden.

3. Den Teig auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech ausrollen und für ca. 20 Minuten vorbacken. Tipp: Den Teig zum Ausrollen mit etwas Mehl bestäuben!
4. In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden.
5. Die Paprika waschen, entkernen und in feine Streifen schneiden.
6. Den Kürbis ebenfalls waschen, entkernen und in feine Streifen schneiden. Tipp: Der Hokkaido-Kürbis muss nicht geschält werden. Die Schale ist ebenfalls zum Verzehr geeignet. Wer möchte, kann die Schale dennoch entfernen.
7. Die Champignons putzen und in Stücke oder Scheiben schneiden. (Nicht mit Wasser abspülen, da sie sonst zu sehr wässern!)
8. Das Gemüse in einer Pfanne kurz anbraten. Die Champignons erst zum Schluss hinzu geben. Das Gemüse sollte noch bissfest sein.
9. Den Teig aus dem Backofen entnehmen und das Gemüse darauf gleichmäßig verteilen.
10. Sahne, Ei und Kräuter miteinander verrühren, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken und ebenfalls über das Gemüse geben.
11. Nun noch den geriebenen Käse darüber streuen und alles noch einmal für ca. 8-10 Minuten im Backofen goldbraun backen.
12. Backblech aus dem Backofen nehmen. Den Kürbiskuchen mit dem Pizzaschneider oder einem Messer in gleichgroße Stücke teilen. Anschließend heiß genießen. Tipp: Beim Verzehr ein paar Kürbiskerne und Kürbiskernöl über die Kuchenstücke geben.