

Kürbis – das vielseitige Gemüse



Bald ist es wieder soweit - Halloween lässt nicht mehr lange auf sich warten. Unverzichtbares Detail ist dabei der Kürbis, ausgehöhlt mit eingeschnitztem Gesicht und mit Kerzen beleuchtet. Der Kürbis kann jedoch weitaus mehr als als herbstliches Deko-Element Haus und Garten zu schmücken: in ihm stecken jede Menge Nährstoffe. Dabei gibt es für die etlichen, unterschiedlichen Kürbisarten auch genausoviele verschiedene Verwendungsmöglichkeiten. Ob in süßer Version als Kuchen und Cup-Cakes oder Marmelade, deftig als Suppe oder Gemüsebeilage oder sogar hochprozentig verarbeitet in schmackhaften Likören: aus Kürbissen lassen sich kulinarische

Köstlichkeiten für kleine und große Feinschmecker zaubern. Am beliebtesten sind in unseren Breitengraden wohl die Hokkaido- und die Butternusskürbisse, die sich aufgrund ihrer Schalen leicht verarbeiten lassen. Doch auch andere Sorten zählen zu Allroundern, die sich zu tollen Gerichten verarbeiten lassen.

Unter dem Bild bitte noch Platz für ca. 3 Sätze lassen.