

# Kürbissalat

250 g	Kürbis (bevorzugt Hokkaido)
80 g	Lauch
80 g	Paprika
1 EL	Zitronensaft
4 EL	Rapsöl
2 EL	Orangensaft
	Salz, Pfeffer, Curry
	Petersilie

Kürbis halbieren, Stielansatz und Samenbereich entfernen und würfeln.

Lauch putzen, in 1-2 cm breite Stücke schneiden und waschen.

Paprika waschen, Stielansatz und Samenbereich entfernen und in Rauten schneiden.

Einen Topf ca. 3 cm mit Wasser füllen und zum Kochen bringen.

Kürbis in ein Sieb geben, mit Deckel versehen und über dem Wasserdampf in 5-8 Minuten weich garen.

2 Minuten vor dem Garende den Lauch und die Paprika auf den Kürbis legen und mit diesem zusammen weichgaren.

Danach mit kaltem Wasser abschrecken.

Kochwasser, Zitronensaft, Orangensaft, Salz, Pfeffer und Curry verrühren.

Öl dazu geben und zu einem sämigen Dressing rühren.

Ca. ½ Stunde ziehen lassen und eventuell nachwürzen.

In ein passendes Gefäß umfüllen und mit gehackter Petersilie garnieren.