

Knusprige Krakenstücke mit Kürbis-Hummus



Ein Rezept von Teo Chiaravallotti.

Zubereitung



Benötigte Zeit

ca. 120 Minuten



Schwierigkeitsgrad

Mittel - Für Fortgeschrittene



Menge

4 Personen

Eigenschaften



Teller

Fisch - Krake



Typisches Produkt

Kürbis - 0 km



Geeignet für

Herbst - Romantische Abende

ZUTATEN

Krake

- 800 g Krake
- 0.3 dl natives Olivenöl extra
- 1 Lorbeerblatt
- ½ Zwiebeln
- 30 g Petersilienstängel
- 1 Knoblauchzehe
- 10 g Petersilie
- 1 Prise Espelette (geräucherte Chilischoten)
- Gemischter Salat zum Garnieren
- Kürbiskernen zum Garnieren

Kürbis-Hummus

- 100 g gekochte Kicherebsen
- 12 g Tahini
- 12 g natives Olivenöl extra
- 12 g Sesamöl
- 60 g Kicherebsenwasser
- 100 g getrocknetes Kürbispüree
- Zitronensaft nach Geschmack

ZUBEREITUNG

Krake

1. Krake unter fliessendem Wasser reinigen. In einen Topf mit Deckel das Olivenöl giessen, Krake mit Lorbeerblättern, Petersilienstielen, Zwiebeln und Knoblauchzehen hinzugeben;
2. Abdecken und auf mittlere Hitze stellen;
3. Etwa 90 Minuten kochen lassen und dabei vorsichtig umrühren, damit es nicht anklebt aber ohne Flüssigkeit hinzuzufügen.

Tipp: Der Krake ist fertig gekocht, wenn die Spitzen unter Fingerdruck zart sind. Im geschlossenen Topf temperieren lassen und dann die Saugnäpfe reinigen. In Stücke schneiden und beiseitestellen.

Kürbis-Hummus

1. Die gekochten Kichererbsen mit dem Wasser und dem Kürbispüree mit einem Stabmixer mischen;
2. Das Püree mit den Ölen und dem Tahini und Zitronen aufmixen;
3. Die Masse abschmecken und in einen Spritzbeutel füllen.

Servieren

1. Die Krakestücke sautieren, mit Petersilie und Espelette bestreuen;
2. Das Kürbis-Hummus auf dem Teller anrichten und die Krakenstücke darauflegen;
3. Mit Blattsalat und Kürbiskernen garnieren.