



Kürbis-Caponata in Zucchini auf Parmesanschaum

Die „Caponata“ besticht durch das Zusammenspiel von Süße, Säure und Schärfe. Und durch den Umstand, dass man die Gemüse jahreszeitlich variieren kann. Der Parmesanschaum ist weich und mild, die Hanfkekse kräftig und knusprig. Eine nicht zu übertreffende Kombination!

Gemüsezwiebel und alle weiteren Gemüse fein schneiden. Alle Gemüse zusammen mit dem Knoblauch in Olivenöl andünsten. Weitere Zutaten bis auf das Basilikum und Pinienkerne hinzufügen und bei geöffnetem Topfdeckel leise schmurgeln lassen, bis die Gemüse weich, jedoch nicht übergart sind. Die gegrillten Zucchini-Hälften auf dem schmurgelnden Gemüse nachziehen lassen, bis sie leicht über al dente sind, dann beiseitestellen. Das Gemüse mit der Speisestärke binden. Zum Servieren in die Zucchini-Schiffchen füllen und mit frischen Kräutern und Pinienkernen garnieren.

Für die Hanfkekse den Teig ca. 7 bis 8 mm dick ausrollen und Kreise in der gewünschten Größe ausstechen. Im auf 200 °C vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene ca. 10 Minuten backen, bis sie goldbraun und knusprig sind. Ab Minute fünf



dabeibleiben. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Für den Käseschaum die Kartoffel kochen und durchpressen. Die Milch mit dem Sauerrahm erwärmen, Kartoffelschnee und Käse hinzufügen. Mit Agar-Agar mixen, bis eine glatte Masse entstanden ist. Wenige Minuten köcheln lassen. Mit Pfeffer und Chilisalzwürzen. In den Espumabehälter füllen und diesen in einem Wasserbad warmhalten.

Die Schiffchen anrichten, den Parmesanschaum dazwischen spritzen. Zwei Hanfkekse dazu seitlich anstellen. Restliche Kekse separat dazu servieren, damit sie nicht weich werden.

Zutaten

Für 4 Portionen

Die Caponata

Menge	Zutat
4 mittelgroße	Zucchini (längs halbiert, gegrillt)
4 EL	Olivenöl
1 mittelgroße	Gemüsezwiebeln
1	gelbe Paprika
1	rote Paprika
1/2 kleiner	Hokkaido
2 Stangen	Staudensellerie
1	Chili-Schote
Einige Zweige	Oregano und Thymian
2 Zweige	Rosmarin
Einige	Basilikum-Blättchen
2 EL	Kapern
Einige	Kapernäpfel
1 Hand voll	fruchtige Oliven (z. B. „Taggiasca“ aus Ligurien)
1	Knoblauchzehe
4 EL	Pinienkerne
4 bis 6 EL	Sherry-Essig
4 bis 6 EL	Apfelsaft
2 TL	Honig
1 TL	Speisestärke (aufgelöst)
	Salz, Pfeffer, Zucker

Zutaten

Die Hanfkekse

Menge	Zutat
150 g	Dinkelmehl
1 Msp.	Backpulver
100 g	Butter
1 Hand voll	geriebener Bergkäse
2 EL	Hanfsamen (leicht angeröstet)
½ TL	Kreuzkümmelsamen (angeröstet, gemörsert)
1	Ei
	Salz, Chili, Pfeffer, Zucker

Der Käseschaum

Menge	Zutat
200 ml	Milch
1	mehlige Kartoffel
200 ml	Sauerrahm
100 bis 150 g	geriebener Parmesan
4 g	Agar-Agar (Geliermittel aus Algen)
	Chilisalz, Pfeffer
Außerdem	1 Espuma-Behälter und zwei Kapseln