

## Gebratene Kohlsprossen mit Kürbis Hummus



### Zutaten:

800g Butternusskürbis, 2 Knoblauchzehen, 8 Pimentkörner, 1 TL edelsüßes Paprikapulver, Salz, 4 EL Olivenöl, 1 Granatapfel, 700g Rosenkohl, 120g Schalotten, 1 Bio-Zitrone (groß), 1 Dose Kichererbsen (265 g Abtropfgewicht), 4 EL helles Tahin (z.B. von Rapunzel; Bioladen), 4 Stiele Basilikum, 150g griechischer Joghurt (10 % Fett), 2 EL Ahornsirup

### Zubereitung:

Für den Kürbis-Hummus Kürbis schälen, längs halbieren, die Kerne und das Weiße mit einem Löffel herauschaben. Kürbis in 3 cm große Stücke schneiden. Knoblauch fein hacken. Pimentkörner mit Paprikapulver und 1 TL Salz im Mörser fein zerstoßen. Gewürze mit Knoblauch und 2 EL Öl in einer ofenfesten Form mit dem Kürbis mischen und im vorgeheizten Backofen auf dem Rost bei 180 Grad 35 Minuten garen.

Für den gebratenen Rosenkohl Granatapfel halbieren und entkernen. Dazu mit einem Holzlöffel über einem Gefäß so lange auf die Schale schlagen, bis sich alle Kerne gelöst haben. Granatapfelkerne beiseitestellen. Rosenkohl putzen und der Länge nach halbieren. Schalotten längs vierteln oder halbieren.

Restliches Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Rosenkohl und Schalotten darin bei mittlerer bis starker Hitze 12–15 Minuten braten, dabei mehrmals wenden.

Inzwischen Zitrone heiß waschen, trockenreiben und die Schale am besten mit einem Zestenreißer in kurzen Streifen abziehen. 5 EL Zitronensaft auspressen. Kichererbsen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen.

Kichererbsen, Kürbis, Tahin und 2—3 El Zitronensaft mit dem Schneidstab fein pürieren und abschmecken. Im ausgeschalteten Backofen warm stellen, bis der Rosenkohl fertig gebraten ist. Basilikumblätter von den Stielen abzupfen, fein schneiden und mit dem Joghurt verrühren.

Schalotten und Rosenkohl mit Salz würzen und mit Ahornsirup beträufeln. Zitronenschale und restlichen Zitronensaft untermischen. Granatapfelkerne unterheben. Auf dem Kürbis-Hummus anrichten und mit dem Joghurt servieren.

Gutes Gelingen 😊