



Vegane Cordons Bleus auf geröstetem Hokkaidokürbis und Salbei-Gnocchi

Zubereitung

1. Kürbis halbieren und mit einem Esslöffel das Innere aushöhlen. Anschließend den Kürbis in 1-2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Kürbisspalten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
2. Für die Kürbismarinade die Knoblauchzehe fein reiben. Knoblauch, Ahornsirup, Olivenöl, ein wenig geriebene Zitrone und Zimt vermengen. Die Marinade auf die Kürbisspalten gleichmäßig verteilen. Anschließend mit Kürbiskernen, Meersalz und schwarzem Pfeffer bestreuen.
3. Für die Gnocchi den Salbei waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen. Parmesan hobeln. Pflanzenmargarine in einer Pfanne schmelzen und Salbei darin bei mittlerer Hitze 30 Sekunden lang anbraten. Gnocchi hinzugeben, in der Margarine schwenken und goldbraun braten. Mit veganer Parmesan-Alternative bestreuen, mit Meersalz und schwarzem Pfeffer abschmecken.
4. Rapsöl in der Pfanne erhitzen. Die Cordons Bleus je 3-4 Minuten von beiden Seiten anbraten. Gnocchi aus der heißen Pfanne auf Schüsseln verteilen. Mit Kürbisspalten sowie den Cordons Bleus belegen. Mit Pfeffer bestreuen und servieren.

Zubereitungszeit

ca. 30 Minuten

Zutaten

Für 4 Personen

Für den Kürbis

- 1 mittelgroßer Hokkaidokürbis
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 20 g Ahornsirup
- 60 g Olivenöl
- 1 Zitrone
- 1 Messerspitze Zimt
- grobes Meersalz
- schwarzer Pfeffer
- 2 EL Kürbiskerne

Für die Salbeibutter-Gnocchi

- 2-3 Stück frische Salbeizweige
- 90 g vegane Parmesan-Alternative
- 30 g Pflanzenmargarine
- 500 g frische Gnocchis
- Meersalz und Pfeffer

Für das vegetarische Cordon bleu

- 2 Packungen Vegane Mühlen Cordon Bleu
- 2 EL Rapsöl

Nährwerte pro Portion

4.140 kJ (985 kcal)

25 g Eiweiß

46 g Fett

120 g Kohlenhydrate

Zubereitungszeit

ca. 30 Minuten