

## Kürbis-Blaubeer-Törtchen

---

### Zutaten für 4 Personen:

2 TL flüssige Butter  
4 Scheiben Frühlingsrollenteig (aufgetaut, 12x12 cm)  
200 g Kürbisfruchtfleisch (ohne Schale und Kerne)  
2 TL Öl  
8 EL Apfelsaft  
1 Vanilleschote  
1 Messerspitze Kardamompulver  
1 Messerspitze Chilipulver  
150 g wilde Blaubeeren aus Kanada (tiefgefroren, ersatzweise aus dem Glas)  
Salz  
Zitronenthymian zum Garnieren



1. 4 Mulden eines Muffinblechs mit etwas Butter auspinseln. Die Teigscheiben mit dem Rest Butter einpinseln. Je eine Scheibe in eine Mulde drücken. Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad (Gas: Stufe 4-5, Umluft: 200 Grad) ca. 4-5 Minuten backen.
2. Kürbis klein würfeln. Öl erhitzen. Kürbis darin 10 Minuten dünsten, dabei nach und nach den Apfelsaft zugeben und den Saft bis auf 4 EL einkochen lassen. Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Gewürze unter den Kürbis rühren. Blaubeeren zugeben und in der heißen Pfanne auftauen lassen. Mit etwas Salz abschmecken.
3. Den Kürbis-Blaubeer-Mix in die Teigkörnchen füllen und mit Zitronenthymian garniert sofort servieren.

**Zubereitungszeit:** ca. 35 Minuten

### Nährwertangaben pro Portion ca.:

Energie: 88 kcal / 369 kJ  
Protein: 1,1 g  
Fett: 5 g  
Kohlenhydrate: 9 g

Wild Blueberry Association of North America  
Ansprechpartner: mk<sup>2</sup> gmbh, Maria G. Kraus, Oxfordstraße 24,  
D-53111 Bonn, fon: 0228/943 787 – 0,  
fax: 0228/ 943 787 – 7, e-mail: [info@wildeblaubeeren.de](mailto:info@wildeblaubeeren.de)  
Fotonachweis: Wilde Blaubeeren aus Kanada  
Abdruck honorarfrei  
Zwei Belegexemplare erbeten

