

## **Butternut (Waltham)**

Der Butternuss-Kürbis oder auch Butternut genannt, ist ein birnenförmiger Speisekürbis mit heller Schale und stammt ursprünglich aus Mexiko. Er ist in vielen verschiedenen Varietäten und Größen zu haben.

### **Wesentliche Merkmale des Butternut**

Das Fruchtfleisch dieser Kürbissorte ist orange und zart süßlich mit seiner namensgebenden Butternote. Da er wenig Kerne enthält, ist der Butternusskürbis leicht zu verarbeiten. Sehr aromatisch sind Früchte mit einer Größe zwischen 20 bis 30 cm. Beim Kauf sollte man auf eine unversehrte Schale achten, weil hierdurch die Lagerfähigkeit gewährleistet ist.



### **Wie kann man den Kürbis verwenden?**

Der Butternut eignet sich nicht nur für Suppen, sondern auch gewürfelt als Gemüse. Gefüllt kann man ihn genießen, beispielsweise halbiert und mit einer Hackfleischfüllung im Ofen gegart, geschmort und auch gebraten. Als Gewürze eignen sich Pfeffer, Salz, Muskat und ein Hauch Knoblauch. Wer es etwas ausgefallener mag, kann den Kürbis auch mit Zimt und/oder Lebkuchengewürz verfeinern.