Kürbispastete
Fatirat Qar'

Die Kürbispastete, auch bekannt als Fatirat Qar', ist ein traditionelles Gericht aus Tunesien. Sie zeichnet sich durch ihren milden und zugleich würzigen Geschmack aus, der durch die Kombination von Kürbis, Gewürzen und einer knusprigen Teighülle entsteht.
Der Geschmack der Pastete ist angenehm süß und leicht nussig durch den Kürbis. Der Teig ist knusprig und ergänzt die weiche, saftige Füllung perfekt. Insgesamt ist die Kürbispastete ein köstliches und sättigendes Gericht, das besonders gut in die Herbst- und Winterzeit passt.

Herkunft: Tunesien
Kategorie: Hauptspeisen, Fischgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 2 Stunde(n)
Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
Für den Strudelteig
225 g Weizenmehl
½ TL Salz
1 EL Olivenöl
1 EL Kartoffelmehl
Für die Füllung
500 g Kürbis
6 Kartoffel(n)
2 EL Butter
2 Gemüsezwiebeln
1 Knolle(n) Knoblauch
1 Prise Pfeffer schwarz, frisch gemahlen
1 Prise Salz
2 Ei(er)
100 g Hartkäse
5 EL Olivenöl zum Bestreichen

Vorbereitung
Das Mehl mit Salz mischen und 125 ml Wasser einarbeiten. Das Öl hinzufügen und den Teig kräftig kneten, bis er geschmeidig ist. Je länger man knetet, desto besser lässt er sich später ausziehen. Zugedeckt 2 Stunden bei Zimmertemperatur stehenlassen. Dann in 6 Bällchen teilen und jedes gut durchkneten. Ein Küchentuch mit etwas Stärkemehl bestreuen und die Teigbällchen darauf nacheinander zu großen, sehr dünnen Fladen ausrollen. Übereinanderlegen und jeweils zwischen die einzelnen Teigfladen ein dünnes Tuch legen. Bis zur Weiterverarbeitung bei Zimmertemperatur stehenlassen. Eine darüber gedeckte Plastikfolie schützt die Teiglagen vor dem Austrocknen.
Für die Füllung das Kürbisfleisch in kleine Würfel schneiden. Kartoffeln schälen und ebenfalls klein würfeln. Die Zwiebeln schälen und fein hacken, die Knoblauchzehen schälen und fein würfeln. Die

© 2026 coquina.de

Eier verschlagen, den Käse reiben.

Zubereitung

Die Butter in einem Topf erhitzen. Die Zwiebeln dazugeben und darin glasig dünsten. Die Knoblauchzehen, kurz mit anbraten, dann die Kürbis- und Kartoffelstücke sowie Pfeffer und Salz hinzufügen. Unter ständigem Rühren 15 - 20 Minuten weichdünsten.

Eine große Springform einfetten. Eine Teigplatte vorsichtig mit den Handrücken auseinanderziehen, bis sie fast durchsichtig ist. In die Form legen. Die Seiten sollen weit überlappen. Mit Öl bepinseln und eine zweite auseinandergezogene Teigplatte darüberlegen. Die Hälfte der Füllung gleichmäßig darauf verteilen. Auf die Füllung die Hälfte der Eimasse streichen, dann die halbe Menge Käse darüberstreuen.

Das Ganze mit zwei weiteren ausgezogenen und eingeölten Teiglagen bedecken, die restliche Füllung, Ei und Käse darauf geben und noch eine Lage Teig darauflegen. Einölen und die überlappenden Teigränder von allen Seiten darüber falten. Mit Öl bestreichen, die letzte Teigplatte ausziehen und mit den Rändern nach unten eingeklappt darauflegen.

Die Oberfläche ebenfalls mit Öl bepinseln und die Pastete im vorgeheizten Ofen bei 225 °C etwa 30 Minuten backen, bis die Oberfläche braun und knusprig ist. Die Pastete wie eine Torte aufschneiden und heiß servieren.

© 2026 coquina.de