Gefüllter Butternuss-Kürbis

Herbstzeit ist Kürbiszeit und diese sollte man mit einem guten Rezept feiern. Ein gefüllter Butternuss-Kürbis beispielsweise ist einfach zuzubereiten und sehr lecker!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 35 min

Koch/Backzeit: 1,1 h

Gesamtzeit: 1,7 h



Zutaten

1 kg	Butternusskürbisse
350 g	Faschiertes (gemischt)
100 g	Reis
1 Stk.	Zwiebel
2 Handvoll	Käse (geriebenen)
1 Würfel	Rinderbrühe
100 ml	Wasser (heißes)
2 TL	Koriander
1 EL	Öl
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für einen gefüllten Butternuss-Kürbis den Backofen auf 220°C vorheizen. Die Spitze des Kürbis knapp unter dem Stiel abschneiden und den Kürbis längs halbieren. Den Teil mit den Samen großzügig herausschneiden und den Rest aushöhlen, so dass ein 1 cm dicker Rand stehen bleibt.

2. Das ausgehöhlte Kürbisfleisch klein würfeln. Zwiebel schälen und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Kürbis dazugeben und ca. 5 Minuten anbraten. Faschiertes dazugeben und krümelig braten. Mit Fleischbrühe ablöschen und mit Salz, Pfeffer und Koriander würzen.

3. Die Kürbishälften auf ein Stück Alufolie setzen und den ausgehöhlten Boden mit Reis bedecken (aber nicht mehr als 1 cm dick!). Die Fleisch-Kürbis-Mischung mit dem Bratensaft auf den Reis in die Kürbishälften füllen und mit der Alufolie einwickeln. Im Ofen ca. 1 Stunde backen.

4. Anschließend aus dem Ofen nehmen und die Alufolie öffnen. Die Kürbisfüllung mit geriebenem Käse bestreuen und im Ofen (bei Oberhitze) 5 Minuten überbacken. Herausnehmen und servieren.

Tipp

Die Füllung für den gefüllten Butternuss-Kürbis mit gehackten Lauchzwiebeln verfeinern.