Ofenkürbis

Das Rezept für den Ofenkürbis gelingt mit wenigen Handgriffen. Eine köstliche Beilage oder vegetarische Hauptspeise zum Beispiel mit Joghurtdip.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

1 Stk.	Hokkaidokürbis
2 Stk.	Knoblauchzehe
0.5 TL	Salz
	Pfeffer
1 TL	Paprikapulver
3 Zweige	Thymian
5 EL	Öl

Zubereitung

1. Für den **Ofenkürbis** den Backofen auf 180 °C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen.

2. Den Hokkaidokürbis waschen, halbieren und das Kerngehäuse mit einem Esslöffel entfernen. Das Fleisch in 1-1,5 cm dünne Scheiben schneiden, in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, gepressten Knoblauch, Öl und Thymian marinieren.

3. Die Kürbis-Spalten auf das Backblech verteilen und zirka 30 Minuten backen.

Unsere Empfehlung
Backblech ausziehbar
mit Antihaft-Beschichtung

hier bestellen



Tipp

Zum Ofenkürbis einen Joghurtdip servieren. Den Hokkaidokürbis braucht man nicht schälen, alle anderen Kürbisse müssen geschält werden.