

GEBACKENER KÜRBIS

mit Feta

Herbst auf dem Teller: Wenn die Tage kürzer werden und das Laub in warmen Farben leuchtet, darf ein echter Klassiker nicht fehlen – gebackener Kürbis.

In Kombination mit cremigem Feta entsteht ein einfaches, herbstliches Soulfood, das außen knusprig und innen zart ist. Perfekt für gemütliche Abende im Oktober.



ZUBEREITUNG:



1. Den Ofen auf 200 °C aufheizen
2. Kürbis in Würfel schneiden, Zwiebel in Streifen und Knoblauch in Scheiben. Rosmarin hacken und die Hälfte des Thymians abgezupft zugeben und in eine Schüssel geben
3. Mit Salz, Pfeffer, geräucherte Paprika würzen, Brühe und Olivenöl zugeben, alles durchmischen und in eine ofenfeste Form oder auf ein Blech geben
4. 15 min in den Ofen schieben
5. Kirschtomaten halbieren
6. Nach 15 min die Form aus dem Ofen rausholen, Feta entweder verteilen oder mittig platzieren, Kirschtomaten rundum verteilen und weitere 15 - 20 min im Ofen garen
7. nach dieser Zeit probieren, ob es fertig ist, evtl. noch nachschieben
8. mit frischem Thymian, Walnüssen und Crème Fraîche fertigstellen



Zutaten:



Für 2 Personen

- > 500 g Kürbis
- > 1 rote Zwiebel
- > 1 Knoblauchzehe
- > 1 Rosmarinzwig
- > 4 Thymianzweige
- > 100 ml Brühe
- > 3 EL Olivenöl
- > 1 TL geräucherte Paprika
- > 1 Feta
- > 200 g Kirschtomaten
- > Pfeffer und Salz
- > 2 EL Walnüsse
- > Alternativ 4 EL Crème Fraîche



QR-Code scannen,
um zum Kochvideo zu gelangen