Ofen-Kürbis

Rezept von V-ZUG AG



gerösteter Kürbis mit Feta

Zubereitung	20 Min.
Garzeit	20 Min.
Portionen	4
Gerät	CombairSteamer V2000 ab 2021

Kürbis

1 kg Kürbis (z. B. Knirps oder Butternuss)

1 rote Zwiebel

3 EL Olivenöl

1 TL Salz

etwas Pfeffer

¼ TL Knoblauchpulver

¼ TL mildes Paprikapulver

¼ TL Korianderpulver

¼ TL Kreuzkümmelpulver

150 g Feta, zerbröselt

50 g Pekannüsse, grob gehackt

Anrichten

4 Zweige Oregano, gehackt

Kürbis

Garraum mit Grill-Umluft auf 230 °C vorheizen.

Kürbis in ca. 5 mm breite und Zwiebel in feine Schnitze schneiden und in eine Schüssel geben. Olivenöl, Salz und Gewürze bis und mit Kreuzkümmel beigeben, sorgfältig mischen. Auf einem mit Backpapier belegten Kuchenblech verteilen und auf der mittleren Auflage 10 Minuten backen.

Kürbis sorgfältig wenden, restliche Zutaten darauf verteilen. 10 Minuten fertig backen.

Anrichten

Auf einer Platte anrichten, Oregano darüberstreuen.

Garschritte

Garraum auf 230 °C mit Grill-Umluft (vor)heizen

Vorheizen beendet. Gargut einschieben.

Grill-Umluft 230 °C während 10 Min.

Gargut wenden. Weiterbacken.

Grill-Umluft 230 °C während 10 Min.

Tipps

Beim Knirps- und Butternusskürbis kann die Schale gegessen werden.

Zubehör

Kuchenblech

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	26.01.2022