

Gefüllter Delicata-Kürbis

Menge: Für 2 Personen/ Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten



Zutaten

Kürbis „Delicata“ | 1

Ziegenfrischkäse | 250 g

Zwiebel | 1 kleine

Rosinen | 2 – 3 EL

Orangensaft | 50 ml

Currypulver | 1 TL

Ahornsirup | 2 EL

Salz, Pfeffer | 1/2

Gemüsebrühe | 500 ml

Walnüsse | ein paar halbe

Öl | 1 TL

Salz, Pfeffer

Anleitung

- 1.** Kürbis waschen und längs halbieren. Dafür braucht man ein scharfes Messer, denn er ist ziemlich hart. Kerne entfernen.
- 2.** Rosinen in dem Orangensaft etwa 10 Minuten einweichen.
- 3.** Zwiebel schälen fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebelwürfel darin andünsten, bis sie glasig sind.
- 4.** Frischkäse und Gewürze hinzugeben. Rosinen aus dem Saft nehmen und auch hinzufügen. 1 EL Ahornsirup und ein wenig Orangensaft dazugeben, bis eine cremige Masse entsteht.
- 5.** Noch einmal kräftig abschmecken, dann in die Kürbishälften füllen.
- 6.** In der Zwischenzeit Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Kürbishälften in eine Kasserolle legen, mit Bouillon aufgießen. In den Ofen geben.
- 7.** Temperatur auf 185 Grad reduzieren, alles etwa 25 Minuten backen lassen, bis der Kürbis schön weich und goldbraun ist. Mit Walnüssen, die man in Ahornsirup karamellisiert hat, servieren.

Tipp:

Der Delicata-Kürbis wird immer beliebter, da er einen sehr eigenen, nussigen Geschmack hat – ein wenig nach Maronen. Er ist auch als „Erdnusskürbis“ oder „Süßkartoffelkürbis“ bekannt.

Guten Appetit!