



RS Gefüllter Butternusskürbis

mit cremiger Thymian-Kürbis-Sauce und Salat



ca. 50min



2 Personen

Der Ofen ist dein zuverlässiger Helfer, wenn du stressfrei für deine Lieben auch im trubeligsten Advent dieses fantastische vegetarische Schlemmergericht zubereiten möchtest! Er sorgt dafür, dass der leckere Butternusskürbis zunächst vorgebacken und später mit einer köstlichen Rosenkohl-Walnuss-Füllung mit Cranberrys und Käse zu Ende gegart wird. So hast du genug Zeit, entspannt die Sauce und den Salat zubereiten.

- 1 Butternusskürbis
- 25g getrocknete Cranberrys
- 200g Rosenkohl
- 1 Päckchen Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 10g Petersilie & Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- 1 rote Zwiebel
- 50g Walnusskerne ³
- 1 Stückchen Hartkäse ^{1,2}
- 1 Becher Crème fraîche ²
- 50g roter Babymangold

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Stabmixer
- Backblech und Backpapier
- kleiner Topf
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Energie 767kcal, Fett 56.9g,
Kohlenhydrate 45.0g, Eiweiß 15.6g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Den **Kürbis** der Länge nach halbieren, von den Kernen befreien und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Im Ofen 30-35Min. backen.



Die **Cranberrys** grob hacken und in warmem Wasser einweichen. Den **Rosenkohl** halbieren. Die **Kräuter** abzupfen und separat fein hacken. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Zwiebel** schälen und in sehr feine Ringe schneiden. Die **Walnüsse** grob hacken. Den **Käse** grob reiben.



Den **Rosenkohl** mit der **Gewürzmischung**, 1TL Olivenöl sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen und während der letzten ca. 8Min. der Garzeit zum **Kürbis** auf das Blech geben und mitbacken. Die **Zwiebeln** in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze mit 1EL Olivenöl und je 1TL Salz und Zucker 3-5Min. karamellisieren. Die **Cranberrys** in ein Sieb abgießen.



Die **Kürbishälften** mit einem Löffel 2-3cm tief aushöhlen, das **Kürbisfleisch** aufbewahren. Den **Rosenkohl** mit den **Zwiebeln** und den **Walnüssen** vermengen und in die **Kürbishälften** geben. Mit den **Cranberrys** und dem **Käse** bestreuen und den gefüllten **Kürbis** weitere 10-15Min. backen, bis der **Käse** zerlaufen ist.



Das **Kürbisfleisch** in dem kleinen Topf mit 80ml Wasser, der **Crème fraîche** und dem **Thymian** bei mittlerer Hitze ca. 4Min. sanft köcheln lassen und nach Geschmack mit dem **Knoblauch** sowie Salz und Pfeffer würzen. Anschließend mit einem Stabmixer zu einer cremigen **Sauce** pürieren.



Aus 1EL Olivenöl, 1EL Essig, 1-2EL Wasser, 1 Prise Zucker, 1 kräftigen Prise Salz und 1 Prise Pfeffer ein **Dressing** anrühren und mit dem **Mangold** vermengen. Den gefüllten **Kürbis** mit der **Sauce** und dem **Salat** anrichten, mit der **Petersilie** garnieren und servieren.