



Festlicher Hokkaidokürbis aus dem Ofen

mit Cranberrys und Austernpilzen



ca. 1h



2 Personen

Lust auf ein festliches Gericht, das nicht nur herzhaft, sondern auch fruchtig und nicht zu schwer ist? Unser gefüllter Hokkaidokürbis vereint zartes Kürbisfleisch mit der süß-säuerlichen Note von Cranberrys und dem erdigen Aroma von Austernpilzen. Dazu passt perfekt ein würziger Salat mit frischen Weintrauben und Pekannüssen – ein festlicher Genuss, der einfach zuzubereiten ist und für eine köstliche Überraschung sorgt!

Was du von uns bekommst

- 25g getrocknete Cranberrys
- 125g Austernpilze
- 1 Bund Grünkohl
- 1 rote Zwiebel
- 10g Petersilie & Thymian
- 1 Stückchen Hartkäse ^{1,2}
- 250g Mascarpone ²
- 100g junger Gouda, gerieben ²
- 1 Pck. Vadouvan-Gewürzmischung
- 2 kleine Bio-Hokkaidokürbisse
- 25g Pekannuskerne ⁴
- 500g Weintrauben
- 100g gemischter Salat

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ³

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Sollten die Kürbisse zu schnell dunkel werden, können sie mit etwas Alufolie abgedeckt werden.

Allergene

Eier (1), Milch (2), Schwefeldioxid und Sulphite (3), Schalenfrüchte (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion



1. Zutaten vorbereiten

Die **Cranberrys** mit 1EL Balsamicoessig und 50ml heißem Wasser übergießen und ziehen lassen. Die **Austernpilze** in dünne Streifen zupfen. Die **Kohlblätter** von den Stängeln streifen und fein schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Thymianblätter** abstreifen und mit den **Austernpilzen**, dem **Kohl** und den **Zwiebeln** vermengen.



4. Füllung verfeinern

Die **½ des Mascarpone** und den **Gouda** mit der **Füllung** vermengen, mit 1 kräftigen Prise Pfeffer würzen und mit Salz abschmecken. Die **½ der Gewürzmischung** mit 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz vermengen.



2. Gemüse braten

Die **Austernpilzmischung** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl und ½TL Salz bei mittlerer bis starker Hitze 3-5Min. anbraten, bis die **Austernpilze** leicht gebräunt sind. Das **Gemüse** in eine große Schüssel umfüllen. Die Pfanne auswaschen und aufbewahren.



5. Kürbisse backen

Die Ober- und Unterseiten der **Kürbisse** abschneiden, sie werden nicht verwendet. Die Kerne und Fasern mit einem Löffel entfernen. Die **Kürbisse** von außen und innen mit dem **Gewürzöl** einreiben, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech platzieren und ca. 15Min. vorbacken. Dann die **Füllung** auf die **Kürbisse** verteilen und in weiteren 13-15Min. gar backen.



3. Füllung vorbereiten

Den **Käse** fein reiben. Die **Petersilie samt Stängeln** fein schneiden. Die **Cranberrys** abgießen. Den **Käse**, die **Petersilie** und die **Cranberrys** mit den **Austernpilzen** vermengen. Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen.



6. Salat zubereiten

Die **Pekannüsse** ohne Zugabe von Fett in der Pfanne bei mittlerer Hitze in 2-3Min. goldbraun anrösten. 1EL Olivenöl und 1EL Balsamicoessig mit je 1 Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren. **¼ der Weintrauben** halbieren, mit dem **Salat** und dem **Dressing** vermengen und mit den **Pekannüssen** garnieren. Die **Kürbishälften** mit dem **Salat** anrichten und servieren.