MARLEY SPOON

Hokkaidokürbis mit Käse-Brot-Füllung

dazu gemischter Salat

ca. 40min 2 Portionen

Die Inspiration für unsere leckeren Rezepte finden wir überall: In Restaurants und Kochbüchern, auf Blogs oder auch bei Freunden zu Hause. Als unsere Köchin Martina klein war, aß sie oft bei einer Freundin zu Mittag, deren Mutter die köstlichsten vegetarischen Gerichte zauberte. Mit diesem Rezept für Kürbis, der lecker mit Brot und Käse gefüllt ist, wirst du mit Sicherheit genauso glücklich wie die jüngere Martina!

Was du von uns bekommst

- 2 kleine Bio-Hokkaidokürbisse
- 1 Baguettebrötchen [1]
- 1 Stange Lauch
- 1 Becher Crème fraîche [2]
- 100g junger Gouda, gerieben [2]
- 25g Kürbiskerne
- 50g gemischter Salat

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne

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

Allergene

Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2).

Kann Spuren enthalten von: Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion

Energie 926kcal, Fett 60.5g, Kohlenhydrate 65.2g, Eiweiß 27.0g

1. Kürbisse aushöhlen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Von den **Kürbissen** einen kleinen Deckel abschneiden und die Kerne sowie das faserige Fruchtfleisch mit einem Löffel entfernen. Den Boden etwas begradigen, sodass die **Kürbisse** gut stehen, dann die **Kürbisse** und die **Deckel** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und direkt in den vorheizenden Ofen geben.

2. Croûtons rösten

Ca. ⅔ **des Brötchens oder mehr** in Würfel schneiden und mit 1EL Olivenöl sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Wenn der Ofen seine Temperatur erreicht hat, neben den **Kürbissen** auf dem Backblech verteilen und 3–4Min. mitrösten. Dann die **Croûtons** mit einem Löffel vom Blech nehmen und die **Kürbisse** weitere ca. 10Min. backen.

3. Füllung vorbereiten

Den **Lauch** längs halbieren, quer in dünne Streifen schneiden und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze 3–4Min. anbraten. Die **Croûtons** mit dem **Lauch**, der **Crème fraîche** und dem **Käse** vermengen und die **Füllung** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pfanne auswischen.

4. Kürbisse füllen

Die vorgebackenen **Kürbisse** füllen und noch ca. 15Min. backen, bis die **Kürbisse** gar sind. **Tipp:** Sollten die **Kürbisse** von außen zu dunkel werden, die Schale später einfach nicht mitessen.

5. Kürbiskerne anrösten

Die **Kürbiskerne** in der Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 2–4Min. anrösten, bis sie knistern und goldbraun sind. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen.

6. Salat zubereiten

Aus 1EL Olivenöl, 1EL Essig und je 1 Prise Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren und kurz vor dem Servieren mit dem **Salatmix** und den **Kürbiskernen** vermengen. Die **Kürbisse** mit dem **Salat** anrichten und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**