

Kürbis aus dem Ofen

Für 2 Portionen

1 Hokkaido-Kürbis	20 g frischer Ingwer	1 Chilischote
$\frac{1}{2}$ TL Koriandersaat	1 Knoblauchzehe	Salz
Pfeffer	100 ml Olivenöl	

Den Hokkaido-Kürbis halbieren und von den Kernen und Fasern entfernen. Bei dem Hokkaido-Kürbis kann die Schale mit verwendet werden. Eine oder beide Hälften (je nach Bedarf) in mundgerechte Stücke schneiden. Den Ingwer reiben, die Chili klein schneiden, Koriandersaat klein hacken und dazugeben, die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden. Das Ganze mit dem Olivenöl, Salz und Pfeffer zu einer Marinade verrühren und den Kürbis darin etwas ziehen lassen. Danach die Knoblauchscheiben entfernen. Den Kürbis mit der Marinade auf einem Backblech mit Backpapier bei ca. 180 Grad für 20 bis 30 Minuten im Ofen backen. Nach dem Backen den Kürbis auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 24. 01. 2012