

Kürbis aus dem Ofen mit Feta

Für 2 Personen:

1/4 Hokkaido Kürbis	2 Stangen Frühlingszwiebeln	1 Msp. Currymix
1 Msp. Chilisalz	1 Msp. Gewürzsalz	3 EL Olivenöl
1 Feta	8 Kirschtomaten	2 EL Kürbiskerne
2 EL Kürbiskernöl	1 EL Honig	

Backofen auf 220 °C Umluft vorheizen.

Kürbis mit Schale in $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben anschließend halbieren und zusammen in eine Schüssel geben.

Frühlingszwiebeln in grobe Stücke schneiden.

Currymix, Chilisalz, Gewürzsalz, 2 EL Olivenöl und Frühlingszwiebeln zum Kürbis geben. Alles gut vermengen.

Feta in die Mitte einer Auflaufform legen. Erst den marinierten Kürbis, dann die Kirschtomaten in der Auflaufform um den Feta herum verteilen.

Alles mit 1 EL Olivenöl beträufeln. Auflaufform ca. 25 Minuten in den heißen Ofen geben.

In der Zwischenzeit Kürbiskerne in einer Pfanne bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten rösten. Auflaufform aus dem Ofen nehmen. Feta und Kürbis in der Auflaufform miteinander vermengen.

Die Kirschtomaten etwas andrücken.

Kürbiskernöl und Honig über den Feta-Kürbis träufeln und die gerösteten Kürbiskerne on Top verteilen.

Steffen Henssler am 31. Oktober 2023