



BeO-Kochtipp

Gebackener Kürbis

Für 4 Personen

Zutaten

50 g Butter
1,2 Kürbisfleisch
2KI Honig
2EI Balsamico-Essig
1KI Sambal Oelek
Salz,
Schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Eine feuerfeste Gratinform mit etwas Butter ausstreichen.

Kürbisfleisch in etwa 7mm dicke Scheiben schneiden und ziegelartig in die Form schichten.

Einige Kürbiskerne gut waschen und beiseite legen.

Restliche Butter, Honig und Balsamico-Essig in einem Pfännchen erwärmen.

Mit Sambal Oelek, Salz und Pfeffer würzen und alles über den Kürbis verteilen.

Mit den Kürbiskernen überstreuen.

Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad etwa 30 Minuten backen.

Passt zu Lamm-, Schweine- oder Rindsbraten, aber auch zu Reis oder Teigwaren.

Rezept aus dem Buch:

Schweizer Bäuerinnen
und Landfrauen Kochen

