

Rezept

Kürbis mit Käse-Hanf-Kruste

Ein Rezept von Kürbis mit Käse-Hanf-Kruste, am 30.06.2024

Zutaten

- | | |
|---|---|
| 1 Hokkaidokürbis (700 - 800 g) | 1 EL Olivenöl |
| Salzflocken (z. B. Maldon Sea Salt) | 4 - 6 Zweige Thymian |
| 4 - 6 Stängel glatte Petersilie | 2 möglichst junge Knoblauchzehen |
| 40 g weiche Butter | 2 EL Semmelbrösel |
| 2 EL geschälter oder ungeschälter Speisehanf
ungeschälter Speisehanf (ersatzweise
Pinienkerne) | 2 TL abgeriebene Bio-Orangenschale |
| frisch geriebene Muskatnuss | 30 g vegetarischer Bergkäse
schwarzer Pfeffer
Chiliflocken |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 210 kcal

Zubereitung

1. Den Ofen auf 220° vorheizen. Den Hokkaido waschen. Den Stielansatz und harte Stellen an der Schale entfernen. Kürbis vierteln. Kerne und alle Fasern herauskratzen.

2. Jedes Kürbisviertel auf ein Stück Alufolie setzen. Folienränder etwas zusammendrücken und nach oben biegen, sodass »Schiffchen« entstehen. Kürbisstücke mit Öl bestreichen und salzen. Im heißen Ofen (Mitte) in knapp 20 Min. fast weich garen.

3. Inzwischen die Kräuter abrausen, trocken schütteln und hacken. Knoblauch schälen und hacken. Die Butter mit den Semmelbröseln, Hanf, Orangenschale, Knoblauch und den Kräutern verrühren. Den Bergkäse reiben und unterheben, alles mit Salz, Pfeffer, Muskat und Chili würzen.

4. Den Kürbis aus dem Ofen nehmen, die Grillfunktion zuschalten. In jedes Kürbisviertel etwas Käsemischung geben, diese gleichmäßig verteilen und fest andrücken. Die Kürbisviertel im heißen Ofen (oben) in ca. 5 Min. knusprig grillen.