

# Butternusskürbis aus dem Ofen

## Zutaten:

1 Butternusskürbis

2 Knoblauchzehen

1 Mittelgroße Zwiebel

4 EL Olivenöl

1 TL Italienische Kräuter (frisch  
oder getrocknet)

Salz

Pfeffer

2 EL geriebener Hartkäse (z.B.  
Parmesan)

### FÜR DEN DIP

250 g Joghurt (3,8 % Fett)

1 EL Zitronensaft

1 TL Honig

Salz

Pfeffer

## Zubereitung:

Den Kürbis waschen und gut schälen bis das Orangene Fruchtfleisch zu sehen ist.

Den Kürbis halbieren und die Kerne mit einem Löffel herauskratzen.

Die Kürbishälften mit der Schnittfläche nach unten auf eine Schneidebrett legen. 2

Holzlöffel, je einer Rechts und Links vom Kürbis legen und mit einem Großen Messer bis auf die Löffel einschneiden. So das der Kürbis noch an den Seiten verbunden ist.

Die 2 geschnittenen Kürbishälften auf Backpapier auf ein Blech legen.

Das Öl in eine kleine Schüssel geben, die geschälten Knoblauchzehen und die Zwiebel kleinschneiden und zum Öl hinzufügen.

Ebenfalls die Kräuter, Salz und Pfeffer unterrühren. Das Öl mit einem Löffel über den Kürbis verteilen.

Die vorbereiteten Kürbishälften nun in den vorgeheizten Backofen bei 200-220°C Ober- und Unterhitze für 35 Minuten backen.

In der Zwischenzeit den Dip aus allen Zutaten anrühren.

Den Kürbis heraus nehmen und mit Käse bestreuen. Wieder in den Ofen geben und weitere 15 Minuten backen.



Obsthof Großmonra

Steffen Schneider | Kirchstr. 28 | 99625 Köllda OT Großmonra  
Telefon: 015755179088 | E-mail: info@obsthof-grossmonra.de