

# Oktober: Gefüllte Ofenkürbisse

Herbstlicher Genuss mit dem gewissen Etwas!



## DAS BRAUCHEN SIE:

### Zutaten für gefüllte Krübisse für 4 Portionen

- 4 kleine Sweet dumpling Kürbisse oder 1 größeren Hokaido
- 500g Hackfleisch
- 200 g Feta
- 1 Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 200 g Tomaten
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zweig Thymian
- 2 EL Tomatenmark
- 150 ml Sahne
- 1 TL Salz
- 0,5 TL Pfeffer
- 1 TL Paprikagewürz
- 1 TL Curry

## UND SO GEHT'S:

### 1. SCHRITT

#### Schnibbeln

Zunächst die Kräuter hacken und die Zwiebel, den Knoblauch und die Tomaten würfeln.

### 2. SCHRITT

#### Füllung mischen

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut miteinander vermischen.

### 3. SCHRITT

#### Kürbisse aushöhlen

Schneiden Sie die Kürbisse am Stiel kreisrund ein und öffnen Sie den Deckel. Anschließend entfernen Sie die Kerne.

### 4. SCHRITT

#### Kürbisse füllen

Füllen Sie nun die ausgehöhlten Kürbisse mit der Füllung und geben Sie gefüllten Kürbisse in eine Auflaufform.

### 5. SCHRITT

#### Im Ofen backen

Backen Sie die gefüllten Kürbisse für ca. 1 Stunde bei 180° Ober-/Unterhitze im Backofen.

### 6. SCHRITT

#### Anrichten und genießen

Richten Sie die fertigen Kürbisse nun noch auf einem Teller an. Guten Appetit!