

Gebackene Kürbisspalten mit Tomatendip

Zutaten

750g Kürbis
2EL Olivenöl
1-2TL Oregano, frisch oder getrocknet
Salz
Geschroteter Pfeffer
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Packung (370g) Knorr Tomato al Gusto „Kräuter“
2EL Balsamico bianco (weißer Balsamessig)
0,5 TL Zucker

Zubereitung

1. Den Kürbis halbieren und das weiche Innere sowie die Kerne entfernen. Den Kürbis in Spalten schneiden und ggf. schälen.
2. Olivenöl mit Oregano, etwas Salz und Pfeffer verrühren. Kürbisspalten mit Öl einstreichen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
3. Kürbisspalten im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 175 Grad) ca. 20 Min. garen.
4. Inzwischen für den Dip die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Tomato al Gusto mit Balsamessig würzen und die Frühlingszwiebeln unterrühren. Mit Zucker abschmecken. Den Dip zu den heißen Kürbisspalten servieren.

Tipp:

Schnell gemacht und ausgesprochen lecker zum Kürbis: gebratene Geflügelleber. Die Leber einfach kalt abspülen, trockentupfen und in einer beschichteten Pfanne mit wenig Öl von allen Seiten anbraten, von der Kochstelle nehmen und in der Pfanne kurz nachziehen lassen.