

REZEPT DER WOCHE

KW 43 20.10. – 26.10.2025

Fächer-Butternut auf Ziegenkäse

(für 2 Personen)



Das brauchen Sie:

1	Butternut-Kürbis	(Art.Nr. 189)
5 Zehen	Knoblauch	(Art.Nr. 410)
2 TL	Rosmarin frisch od. getr.	(Art.Nr. 483 o. 8146)
150 g	Ziegenfrischkäse	(Art.Nr. 2537)
150 g	Feta	(Art.Nr. 2158)
2 TL	Zitronenschale	(Art.Nr. 1760)
	Saft einer halben Zitrone	
4	Datteln	(Art.Nr. 1900)
2-3 EL	gehackte Petersilie	(Art.Nr. 451)
2 TL	Sonnenblumenkerne	(Art.Nr. 5163)
6 EL	Olivenöl	(Art.Nr. 8044)
1/4 TL	Muskatnuss	(Art.Nr. 8344)
50 g	Butter	(Art.Nr. 2340)
1 EL	Honig	(Art.Nr. 7010)
	Salz, Pfeffer	

Und so geht's:

Backofen auf 220°C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und mit 2 EL Olivenöl einpinseln. Kürbis schälen, halbieren und entkernen. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Kürbishälften auf ein Brett legen, seitlich Kochlöffel platzieren und alle 5 mm bis zu den Löffeln einschneiden.

Knoblauchscheiben in die Zwischenräume stecken. Mit je 1 EL Öl beträufeln, mit Salz, Pfeffer, Muskat und Rosmarin würzen. 45 Minuten im Ofen backen, bei Bedarf abdecken, wenn der Knoblauch bräunt.

Anschließend mit Butterflöckchen belegen, mit Honig beträufeln und weitere 10 Minuten backen, bis der Kürbis weich, aber formstabil ist.

Für das Käsebett Ziegenkäse, Feta, Zitronenschale und -saft, 1 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer cremig pürieren. Datteln entkernen und hacken, Petersilie fein schneiden.

Kürbis auf die Käsecreme legen, mit Datteln, Petersilie und Sonnenblumenkernen bestreuen und mit etwas Olivenöl beträufeln.