

Ofenkürbis

Für 4 Portionen

600 g Hokkaido-Kürbis
3 EL Rapsöl
200 g Feta
1 Orange, unbehandelt
3 EL Honig
1/2 TL Zimt
1/2 TL Paprika, edelsüß
1 Stk. Ingwer (1cm)
1 TL Salz, grob
2 EL Sesam
4 Stängel Thymian



1. Kürbis halbieren, mit einem Esslöffel die Kerne herauskratzen und in den Kürbis samt Schale in Spalten schneiden. Die Spalten auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen.
2. Orange gründlich unter heißem Wasser abwaschen und mit einer feinen Reibe vorsichtig ca. 2 Esslöffel Abrieb herstellen. Orange auspressen. Ingwer schälen und fein hacken.
3. Öl, Orangenabrieb, Salz, Paprika, Zimt und Ingwer vermischen und den Kürbis damit marinieren. Den Kürbis für ca. 15 Minuten bei 180 Grad auf mittlerer Schiene backen.
4. Feta grob zerbröseln, Thymian zupfen. Beides über dem Kürbis verteilen und weitere 10 Minuten backen.
5. Orangensaft mit Honig verrühren und ebenfalls über den Kürbis geben. Sesam ebenfalls zum Kürbis geben. Alles für weitere 5 Minuten backen lassen

