

Scharfe Kürbisspalten vom Blech

Zutaten: für 4 Personen

ca. 1,5 kg Speisekürbis
(z.B. Hokkaido-, Muskat -,
Moschus- oder Butternut-Kürbis)
80 g BUTARIS Butterschmalz
2 TL Fleur de Sel (Meersalz)
1 TL grob geschroteter Pfeffer
2 TL Koriandersamen
2 rote Peperoni oder
2 sehr scharfe Thai-Chilischoten
2 EL grobgehackte Kräuter (z.B. Blattpetersilie
oder frischer Koriander)



Joghurt-Dip:

400 g griechischer Sahnejoghurt
4 EL gehackte Kräuter
(z.B. Petersilie, Minze, Zitronenmelisse
und / oder Zitronenverbene)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Backpapier

Zubereitung:

1. Kürbis waschen, halbieren und entkernen. Kürbisfleisch in ca. 3 cm dicke Spalten schneiden und in eine große Schüssel geben.
2. BUTARIS Butterschmalz in einer Pfanne schmelzen und mit Fleur de Sel und dem groben Pfeffer über die Kürbisspalten geben. Kürbisspalten in der Schüssel hin und her schwenken, sodass sie von allen Seiten mit BUTARIS, Fleur de Sel und Pfeffer mariniert sind.
3. Backofen auf 200 °C (Umluft: 180 °C / Gas: Stufe 3) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Kürbisspalten darauf geben.
4. Im Backofen 20 – 30 Minuten backen. Koriandersamen etwas zerstoßen und in einer heißen Pfanne kurz rösten. Peperoni oder Chilischoten waschen, halbieren, entkernen und kleinschneiden. Kurz vor dem Ende der Backzeit den Koriander und die Chilistückchen über den Kürbis streuen und fertigbacken.



5. Für den Dip Joghurt mit den gehackten Kräutern glattrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Kürbisspalten vorm Servieren mit Kräutern bestreuen und mit dem Joghurt-Dip anrichten.

Tipp: Man kann auch andere Gemüsesorten wie Pastinaken und Petersilienwurzeln verwenden.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Nährwerte: pro Portion

Fett	31 g
Kohlenhydrate	55 g
Eiweiß	09 g
Brennwert	548 kcal / 2.298 kJ

Abdruck honorarfrei/ Abdruck nur mit Nennung von BUTARIS Butterschmalz in Zutatenliste und Fotocredit/ Belege erbeten

Bildnachweis: © BUTARIS