

Spagettikürbis Carbonara

Zutaten

Zutaten für 2 Personen

1 Spagettikürbis, ca. 1,2 kg

150g Schmand

80g Bacon

1 Ei

30g Parmesan, gerieben

Salz

Pfeffer

Zubereitung

1. Den Kürbis längs halbieren und die Kerne und das faserige Innere entfernen. Dann jede Hälfte mit wenig Wasser auf einen Teller legen und in der Mikrowelle bei 800 Watt etwa 10 Min. garen (im Topf oder Ofen geht dies auch dauert aber länger).
2. In der Zwischenzeit Eier, Schmand und Parmesan in eine große Schüssel geben und gut verrühren. Bacon klein schneiden und in einer Pfanne knusprig braten.
3. Fruchtfleisch aus dem Kürbis schaben und mit dem Bacon zur Sauce in die Schüssel geben. Alles miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken (braucht reichlich Salz). Die Masse zurück in die Kürbishälften geben. Die Hälften in eine Auflaufform geben.
4. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 25 Min. backen.

Tipp:

Da der Kürbis mit der Sauce ziemlich „mussig“ wird, passt knuspriges Baguette gut dazu.