

Kleiner gebackener Kürbis gefüllt mit Hackfleisch-Schafskäse- Mischung

Backofenkürbis mit Joghurt und Schnittlauch

Zutaten

2 kleine Hokkaido (Bischofsmütze)
200g Hackfleisch
2 kleine Tomaten
2 Knoblauchzehen
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Bund Petersilie
1EL Tomatenmark
2EL Sahne
100g Schafskäse
1EL Butter
1TL Chiliflocken
Salz
500g Naturjoghurt
3EL Schnittlauch, in Röllchen geschnitten

Zubereitung

1. Den Kürbis waschen, Deckel abschneiden, entkernen. Etwas Fruchtfleisch mit dem Löffel herausschaben und beiseite legen. Den leeren Kürbis mit aufgesetztem Deckel bei 180 Grad für ca. 15 Min. in den Ofen stellen.
2. Die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden, Knoblauch und Tomaten fein würfeln. Butter in der Pfanne erhitzen und Hackfleisch und das ausgeschabte Kürbisfleisch darin anbraten. Wenn das Fleisch gut durch ist, Tomaten, Tomatenmark, Knoblauch, Schafskäse und Frühlingszwiebeln unterheben und kurz weiterbraten. Die gehackte Petersilie dazugeben und mit Salz und Sahne abschmecken.
3. Die fertige Masse in den Kürbis füllen. Diesen wieder mit dem Deckel verschließen und nochmals 15-20 Min. backen.
4. Ein sehr kleiner Kürbis kann als eine Portion serviert werden, sonst den Kürbis nach belieben Halbieren oder vierteln. Dazu passt Naturjoghurt mit Schnittlauch.