

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Gebackener Muskat-Kürbis

Zutaten: 1 Kilogramm Muskatkürbis, Meersalz, Muskat, Pfeffer (frisch gemahlen), 30 Gramm Butter

Zubereitung:

Zuerst den Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3). Den Muskatkürbis halbieren und Kerne auskratzen.

Das Fruchtfleisch mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen und im Ofen etwa 45 Minuten weich backen.

Den Kürbis auskratzen und mit Butter in eine Schüssel geben.

Den Kürbis leicht mit einer Gabel zerdrücken und abschmecken.

Guten Appetit wünscht ihr **Gemüsebringt's**-Team
www.gemuese-bringts.com