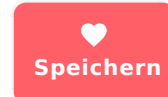


... > Spezielles > Ernährungskonzepte > Vegetarisch

Hokkaido vom Blech mit gebackenem Feta





vegetarisch, Herbstküche

★★★★☆ **3.33** (1 Bewertungen)

 Kommentare

 30 Min.

 normal

 12.01.2021

Weitere Rezepte - genauso gut!

Zutaten

4



Portionen

Für den Kürbis:

1 kleiner Hokkaidokürbis(se) à ca. 1 - 1,5 kg

4 Zwiebel(n), rot

2 Knoblauchknolle(n)

etwas Olivenöl zum Bestreichen

1 EL Zucker

3 Rosmarinzweig(e)

Salz und Pfeffer

1 TL Pfefferbeeren, rosa (Schinusbeeren)

Außerdem:

2 Scheibe/n Feta-Käse

1 EL Honig

3 EL Walnüsse, gehackt

4 Feige(n), frische

Zubereitungstipps

Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 30 Minuten

🕒 Koch-/Backzeit ca. 30 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 1 Stunde

Die Zwiebeln schälen, vierteln, mit Olivenöl bepinseln und mit dem Zucker bestreuen. Die geschälten Knoblauchknollen mit einem scharfen Messer waagrecht halbieren und mit Olivenöl bestreichen.

Den Kürbis waschen, in 1 - 2 cm dicke Scheiben schneiden, die Kerne mit einem Löffel entfernen und die Scheiben halbieren.

Den Kürbis auf einem Backblech verteilen, mit Olivenöl bepinseln und die Zwiebeln, die Knoblauchhälften und die Rosmarinzwige dazwischenlegen. Das Gemüse salzen, pfeffern und die Schinusbeeren darüber verteilen.

Den Kürbis im vorgeheizten Ofen bei 220 °C Heißluft ca. 30 Minuten backen.

In der Zwischenzeit die Fetascheiben halbieren oder vierteln, mit dem Honig einpinseln, mit den Walnüssen bestreuen und in kleine, feuerfeste Schälchen geben. Den Feta in den letzten 10 - 15 Minuten im Ofen mitbacken.

Die frische Feigen vierteln und zu dem fertigen Kürbis geben. Den Kürbis mit dem gebackenen Feta servieren.

Dazu passt wunderbar ein kräftiger Chardonnay.

Rezept von

Weitere Rezepte von fischero66

[Mehr >](#)



Tipps & Trends

Video Empfehlungen

Markenrezepte bei Chefkoch

Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

Folge uns



Unternehmen

[Presse](#)

[Jobs](#)

[Impressum](#)

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Werben Sie bei uns](#)

[Nutzungsbasierte Online Werbung](#)

Quicklinks

[Rezepte finden](#)

[Was koche ich heute?](#)

[Was backe ich heute?](#)

[Magazin Übersicht](#)

[Print-Magazin im Abo](#)

[Foren](#)

[Chefkoch Events](#)

[Videos Übersicht](#)

Newsletter

[Zum Newsletter anmelden](#)

Wir sind für Dich da

[FAQ](#)

Live Rezeptsuchen

[blaubeermuffin rezepte](#), [erdbeerrolle rezepte](#), [glaschsuppe rezepte](#),
[hähnchnunterkeulen rezepte](#), [kalbsbraten rezepte](#), [le rezepte](#), [pfundstopf rezepte](#),
[spritzegebäck rezepte](#), [strammermax rezepte](#), [tzel rezepte](#)