

Hokkaido-Kürbis geröstet mit Feta für 4 Personen

	Ofen auf 190 Grad vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.
1 kg Hokkaido	entkernen und in Stücke schneiden. Kürbisstücke flach auf das Backblech legen.
25 g Mandeln	hacken und
90 g Feta	in eine kleine Schüssel füllen.
1 kl. Bund glatte Petersilie	fein hacken und mit
1 Zitrone, Schale davon	sowie
2 Knoblauchzehen	fein gehackt zufügen und verrühren.
Meersalz,	Mit
gemahlenen schw. Pfeffer	würzen.
2 – 3 El. Olivenöl	Die Kürbisstücke in etwas wenden. Die Mandel-Feta-Masse gleichmäßig darüber verteilen. In einer Pfanne
3 El. Sonnenblumenkerne	ohne Fett rösten und über die Kürbisstücke geben.
	Danach das Backblech in den vorgeheizten Ofen geben und so lange rösten bis der Kürbis weich ist. (Ca. 25 – 30 Min.)
	Zum Schluss mit etwas Petersilie garnieren.