

Hier und heute



Kürbis mit Fetakäse aus dem Ofen

Unser Koch Olaf Baumeister serviert einen Hokkaido-Kürbis mit einer feinen Zitrusnote und würzigem Fetakäse direkt aus dem Ofen. Dazu gibt es Salat aus Rucola mit einem raffinierten Kürbiskernöldressing.

Das Rezept

Kürbis mit Fetakäse und Walnüsse aus dem Ofen, dazu Rucola mit Kürbiskernöldressing von Olaf Baumeister für vier Personen

Zutaten für Kürbis mit Fetakäse

- 400 g Hokkaido Kürbis
- Saft und Schale einer halben Orange
- Saft und Schale einer halben Limette
- 1 Msp. fein gehackte Chilischote
- 4 EL kaltgepresstes Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 160 g Fetakäse
- 3 EL Walnusskerne
- 1 TL Honig
- 1 Msp. fein gehackter Rosmarin
- 1 Msp. fein gehackter Thymian
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Knoblauchzehe fein würfeln und mit etwas Salz zu einem Mus zerquetschen.

Den Kürbis in feine Spalten schneiden und mit der Hälfte des Knoblauchs, Orangen- und Limetten-Schalen und -Saft, Chilischote und etwas Olivenöl marinieren, salzen pfeffern. Den Kürbis in einer vorgeheizten Pfanne kräftig anbraten.

In der Zwischenzeit den Fetakäse mit Thymian, Rosmarin, dem restlichen Knoblauch und dem Honig marinieren und mit dem restlichen Olivenöl beträufeln. Zusammen mit dem Kürbis auf ein Blech geben und bei 220 Grad im Ofen garen. Nach etwa fünf Minuten die Walnusskerne dazugeben und so lange garen bis der Kürbis weich und der Käse leicht braun überbacken ist.

Zutaten für das Kürbiskerndressing

- 4 EL Kürbiskernöl
- 4 EL heller Balsamessig
- 4 EL Läuterzucker (Zucker und Wasser zu gleichen Teilen mischen und einmal aufkochen)
- ½ TL Senf
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 150 g Rucola, gewaschen

Zubereitung

Zutaten für das Dressing mischen und glattrühren. Den Salat mit dem Dressing marinieren und zusammen mit dem Ofen-Kürbis anrichten.