

Delicata mit Frischkäse

Personenzahl nach Wahl

Einfach zu kochen, Vorbereitungszeit circa 35 Minuten

Zutaten:

- Delicatakürbisse
- Frischkäse nach Wahl, je nach Vorlieben z.B. Meerrettich, Walnuss, ...

Zubereitung:

- 1) Die Delicatakürbisse waschen, der Länge nach aufschneiden und mit einem Esslöffel entkernen
- 2) Die offenen Seiten nach unten in circa 1-2 cm Brühe (z.B. Gemüsebrühe) in einem Topf circa 5 Minuten bei geringer Hitze garen (mit einer Gabel einstechen, wie bei Kartoffeln, wenn man gut durchstechen kann, sind sie gar. Achtung: nicht zu weich kochen!)
- 3) Aus dem Topf auf eine Platte legen und auskühlen lassen.
- 4) Den Frischkäse „in die Kürbisschiffchen“ streichen, mit Petersilie dekorieren.

Das Gemüse kann als Vorspeise, auf Buffets oder zusammen mit gebratenem oder gegrilltem Fleisch serviert werden.

Guten Appetit!



Bine's
Kürbisgarten

Zier- und Speisekürbisse,
Kolbenhirse, Ziermais

Familie Metzger,
Bismarckstr. 49 und 51,
36676 Graben-Neudorf

Telefon 07255 **4306**