

Graziellas gefüllter Hokkaido-Kürbis in Tomatensoße

Für 2 Personen

Zutaten

1 Hokkaido-Kürbis
500 g gemischtes Hackfleisch
50 g Gouda, am Stück
50 g Parmesan, am Stück
1 Dose gestückelte Tomaten
2 Scheiben Toastbrot
200 ml Sojacreme
1 Ei (M)
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
4 Stiele glatte Petersilie
4 Stiele Thymian
1 TL Senf
Salz & Pfeffer

Zubereitung

Tomaten in einen Topf geben mit der Sahne aufkochen. Die Masse pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Weitere ca. 15 Minuten auf schwacher Hitze köcheln lassen.

In der Zwischenzeit das Toastbrot klein bröseln und den Gouda reiben. Petersilie und Thymian waschen, trocknen und grob hacken. Die Zwiebel und Knoblauchzehe abziehen und in feine Würfel schneiden. Das Hackfleisch in eine Schüssel geben und großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. Gouda und Petersilie untermischen und Toastbrot, Ei, Zwiebel, Knoblauch sowie Senf dazugeben. Die Hackmasse kräftig verrühren.

Den Hokkaido waschen, trocknen, der Länge nach halbieren und entkernen. Von der unteren Seite der Kürbishälften jeweils eine dünne Scheibe abschneiden, damit die Hälften in der Auflaufform stehen können. Tomatensoße auf dem Boden einer großen Auflaufform verteilen. Kürbishälften mit der Hackmasse füllen und auf die Tomatensoße setzen. Bei 200°C (Ober- und Unterhitze) ca. 30 Minuten backen. Anschließend mit Alufolie abdecken und etwa 30 Minuten weiterbacken. Nach der Garzeit den Parmesan darüber reiben, mit etwas Petersilie bestreuen und servieren.

Viel Freude beim Zubereiten und guten Appetit!