



## **Überbackener Spaghetti-Kürbis in Tomaten-Béchamelsauce**

1 Spaghetti-Kürbis

1 Gemüsezwiebel  
400g passierte Tomaten,  
2 EL Balsamicoessig,  
2 EL Zucker  
40g Butter

40g Mehl  
500 ml Milch  
½ TL Salz,  
2 Prisen Pfeffer,  
2 Prisen Muskat

250g geriebenen mittelalten Käse



halbieren und entkernen. Für ca. 45 min im Backofen bei 180°C garen lassen.  
in Öl in einer großen Pfanne andünsten.

hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
in einem zweiten Kochtopf schmelzen lassen um eine Béchamelsauce herzustellen.  
dazu und ca. 3 min unter Rühren erhitzen.  
dazu und 6 min unter Rühren aufkochen lassen.

hinzugeben. Nun die fertige Béchamelsauce zur Tomatensauce hinzugeben.  
Das Fruchtfleisch aus dem fertig gegarten Spaghetti-Kürbis herauslösen und mit der Sauce vermengen.  
Anschließend die Kürbisschale wieder hiermit befüllen und mit  
bestreuen und für ca. 10 min im Backofen überbacken lassen.