



Spaghettikürbis mit Tomatensauce gefüllt

1 Spaghettikürbis

1 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

200g Tomatensauce,
1 EL italienische Kräuter
Salz, Pfeffer, Muskat

50g geriebenen Käse

längs halbieren und mit einem Esslöffel das Kerngehäuse entfernen. Das Fruchtfleisch mit einpinseln und mit würzen.

Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad für ca. 45 Minuten backen.

Nach dem Backen die Spaghettistränge leicht mit einem Löffel lösen und in eine Schüssel geben.

und in die Schüssel geben und alles vorsichtig vermengen. Die Kürbishälften mit der Mischung füllen.

darüber verteilen.

Die Kürbishälften dann im Ofen für etwa 10 Minuten überbacken.

Biolandhof Agena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn

04920 / 318

info@biolandhof-agena.de

www.biolandhof-agena.de