

ZUTATEN

1 Packung Garden Gourmet Sensational Faschiertes
200 g gemischter 3-Farben-Reis oder 150 g gemischter Quinoa
2 mittlere oder 1,5 große Butternusskürbis
1 roter Apfel
100 g frische/gefrorene Preiselbeeren
50 g Pekannüsse
35 g getrocknete Preiselbeeren
1 EL Agavensirup
2 Zweige Salbei und Rosmarin
Olivenöl zum Braten

TIPPS

Serviervorschlag

Auch köstlich zu einem Rucolasalat mit gerösteten Rüben, Feta, Rotweinessig-Dressing und gerösteten Kürbiskernen.



4 PORTIONEN



1 H.



MITTEL

Dieser köstliche gefüllte Butternusskürbis mit Garden Gourmet Sensational Faschiertes ist das perfekte vegane Hauptgericht für dein Weihnachtsessen!

ZUBEREITUNGSEMPFEHLUNG

- 1.** Backofen auf 200°C vorheizen. Die Kürbisse längs halbieren und die Kerne entfernen. Die Kürbisscheiben mit Olivenöl einreiben, leicht salzen und pfeffern und auf ein Backblech legen. (Nach Belieben Backpapier verwenden.)
- 2.** Die Kürbisse insgesamt etwa 40 Minuten backen, bis sie gar und leicht gefärbt sind (das Fruchtfleisch sollte sich leicht durchstechen lassen). Nach etwa 30 Minuten umdrehen.
- 3.** Nüsse und getrocknete Cranberries grob hacken und den Apfel in kleine Stücke schneiden. Inzwischen Reis oder Quinoa kochen und abtropfen lassen. Die Kräuter fein hacken und etwas zum Garnieren lassen.
- 4.** Hackfleisch in Olivenöl in einer großen Pfanne anbraten, bis es leicht braun wird. Kräuter, Apfelstücke, Nüsse und Preiselbeeren dazugeben und mitbraten.
- 5.** Die Kürbisse aus dem Ofen nehmen. Anschließend etwas abkühlen lassen. Mit einem Löffel etwas von dem gekochten Fruchtfleisch vom Hals des Kürbisses schneiden. Das entfernte Fruchtfleisch in Stücke schneiden und mit der Reis-Quinoa-Hack-Mischung vermengen. Die Kürbisse mit der Mischung füllen und vor dem Servieren im Ofen erhitzen.
- 6.** Kochen Sie die frischen Cranberries in einer Schicht Wasser mit Honig, bis sie platzen. Die Kürbisse mit Preiselbeeren, Salbeiblättern und Rosmarin garnieren.

ENTDECKE WEITERE REZEPTE AUF GARDENGOURMET.DE