Artikel vom 06.11.2024 · Ausgedruckt am 14.11.2026, 16:30 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/mit-putenfiletwuerfeln-und-gemuese-gefuellter-kuerbis-1

Mit Putenfiletwürfeln und Gemüse gefüllter Kürbis



Foto: IDG

Zutaten (für 4 Personen):

400 g Putenfilet (gewürfelt)

1 Butternut-Kürbis

3 EL Sonnenblumenöl

1 Paprika

2 Lauchzwiebeln

150 g Crème fraîche

2 EL Tomatenmark

2 TL Paprika edelsüß

Salz und Pfeffer

2 EL Kräuterbutter

50 g Schafskäse

25 g Cranberrys

25 g Cashews

Petersilie

Zubereitung:

Zuerst den Kürbis halbieren, die Kerne entfernen, die Schnittflächen mit 2 EL Öl bestreichen und bei 180 °C im Ofen für 45 Minuten weich garen. Dann den Kürbis bis auf 1 cm am Rand aushöhlen. Das Kürbisfruchtfleisch würfeln. Als nächstes die Paprika und Lauchzwiebeln putzen und kleinschneiden. Beides zusammen in 1 EL Öl circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten. Das Kürbisfruchtfleisch für weitere 2 bis 3 Minuten dazugeben und mitbraten. Jetzt Crème fraîche, Tomatenmark und Paprikapulver unterheben, noch einmal erhitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Putenfiletwürfeln in der Kräuterbutter circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten. Zum Füllen die beiden Kürbishälften zuerst mit der Gemüsemischung füllen, dann etwas Schafskäse darüber bröseln und alles mit den Putenfiletwürfeln toppen, anrichten und mit Cranberrys, Cashews und Petersilie genießen.

IDG