



Lamm mit Butternut Kürbis

Lamm mit Butternut Kürbis



Vorbereitung:
10 min



Kochzeit:
45 min

Zutaten

350-375 g
Lammhackfleisch

2 kleine Butternut
Kürbisse (je etwa 500
g), halbiert und
entkernt

Salz

frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

3 TL Olivenöl

½ Zwiebel, fein
gehackt

2 Knoblauchzehen,
zerdrückt

Zubereitung

Den Ofen auf 180 °C vorheizen. Den Butternut Kürbis auf ein großes Backblech legen und mit 1 Teelöffel Öl bestreichen. Würzen und 45 Minuten braten, bis die Stücke weich sind.

Das restliche Öl in einer antihaftbeschichteten Pfanne erhitzen, bis es heiß ist und die Zwiebel darin weich braten. Das Hackfleisch dazugeben und 3 Minuten kochen und dabei mit einem Holzlöffel zerkleinern.

Knoblauch, Ras el hanout, Paprika, passierte Tomaten, Tomatenpüree, Brühe und Balsamico-Essig hinzufügen.
10-15 Minuten kochen lassen, bis die Masse dickflüssig ist.
Anschließend würzen.

Das Bratblech aus dem Ofen nehmen und die Lammfleischmischung mit einem Löffel in den Butternut Kürbis geben.

Auf warmen Tellern anrichten, mit zerbröseltem Feta, Rucola-Blättern und Pinienkernen bestreuen. Mit etwas Balsamico- Dressing beträufeln und servieren.

2½ EL Ras el hanout

1 TL gemahlener
Paprika

500 g passierte
Tomaten

2 EL Tomatenpüree

100 ml heiße
Rindfleisch- oder
Gemüsebrühe

1½ TL Balsamico-
Essig

Zum Anrichten

100 g Rucola-Blätter

2 EL geröstete
Pinienkerne

100 g Feta-Käse,
zerbröseln

2 EL Balsamico-
Dressing

LAMM
Das musst du probieren

**Köstliches
aus Europa!**



KAMPAGNE FINANZIERT
MIT FÖRDERMITTELN DER
EUROPÄISCHEN UNION

