

Kürbisfrischkäseaufstrich

Menge:	Zutaten:	Zubereitung:
300 g	Kürbispüree aus dem Backofen	Das Kürbispüree in eine Rührschüssel geben und mit den Schneebesen des Handrührgerätes erst einmal geschmeidig rühren. Dann den Frischkäse, das Öl, gepressten Knoblauch und Salz zugeben und zügig miteinander verrühren In eine Schüssel umfüllen und mit Kürbiskernöl beträufeln und mit Kürbiskernen garnieren
200 g	Frischkäse	
2 EL	Öl (Kürbiskern- oder Olivenöl)	
2	Knoblauchzehen	
¼ TL	Salz	
	Kürbiskernöl Kürbiskerne	

Kürbispüree aus dem Backofen

Einen großen Kürbis waschen, und im Ganzen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen (alternativ auch in eine Auflaufform) und dann bei **200°C ca. 60 Minuten** backen

Je nach Größe des Kürbisses – er ist gar, wenn die Schale Blasen wirft, die sich ablösen lassen

Aus dem Ofen nehmen, vorsichtig aufschneiden – **Achtung Dampf!!!** – mit einem Löffel die Kerne und das weiche Fruchtfleisch entfernen und dann die Schale abziehen

Das Fruchtfleisch auskühlen lassen und dann weiterverarbeiten

Auf diese Art und Weise können sehr große, hartschalige Kürbisse leicht geschält werden und natürlich auch der Moschuskürbis, der sich durch tiefe Rillen auszeichnet, die sonst sehr schwer zu schälen sind. – Man kann den Kürbis auch vorher halbieren, dann geht es schneller.

