



noch schnellerer Ofen-Kürbis mit Honig und Thymian

Sie brauchen...

1 mittelgroßen Hokkaido-Kürbis
2 Esslöffel flüssigen Imkerhonig
1 Esslöffel Chiliflocken

1 Esslöffel Fleur de Sel
30 g frischen Thymian
2 Esslöffel gutes Olivenöl

So geht's...

Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Kürbis halbieren und entkernen. Anschließend in etwa 1 - 1,5 cm dicke Spalten schneiden.

Backpapier auf's Backblech und die Kürbisspalten gleichmäßig darauf verteilen.

Anschließend mit Honig und Öl beträufeln und mit Chiliflocken und Meersalz würzen.

Alles mit gezupftem Thymian bestreuen und ca. 30 Minuten im Ofen garen.

Jetzt nur noch schmecken lassen...

P. S. statt Thymian eignet sich auch Rosmarin hervorragend.