



**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

gut machbar

**Zutaten für 4 Portionen:**

4 Scheiben	Kürbisse- Langer von Neapel
	Salz
	Knoblauch
	Zitronensaft
300 g	Faschiertes, gemischt
1 Stk.	fein gehackte Zwiebel
	Kürbisfleisch
	Petersilie, gehackt
20 g	Fett
1 Stk.	Ei
	Pfeffer, gemahlen
40 g	Emmentaler
1 EL	Semmelbrösel
30 g	Butter

**Mein persönlicher Tipp**

Dieses kreative Rezept von Cilli Geißegger und Ida Traupmann macht Lust auf die regionale Herbstküche.

Beilagenempfehlung: Erdäpfelpüree, Salzerdäpfeln oder dunkles Bauernbrot.



**Ida Traupmann**

Seminarbäuerin aus Sumetendorf

**Kürbis gefüllt mit Faschiertem**



Foto: Cilli Geißegger - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

**Fülle**

- o Zutaten (für 4 Portionen): 300 g gemischtes Faschiertes, 1 Zwiebel gehackt, ausgehöhltes Kürbisfleisch, Petersilie, 20 g Fett, 1 Ei, Salz, Pfeffer, 40 g geriebener Emmentaler mit 1 EL Semmelbröseln vermischt und 30 g Butter
- o Zwiebel in Fett goldbraun anrösten, Faschiertes dazugeben und kurz mitrösten. Masse leicht überkühlen lassen. Kürbisfleisch grob reiben und mit den restlichen Zutaten (Ei, Petersilie, Salz, Pfeffer) vermischen und alles durchziehen lassen.

**Kürbis**

- o Zutaten (für 4 Portionen): 4 Scheiben zu je 3 cm Kürbis vom „Langer von Neapel“, Salz, Knoblauch, Zitronensaft
- o Die Kürbisscheiben aushöhlen, einen Seitenrand von 1 cm und am Boden der Scheibe von ca. ½ cm belassen. Die Scheibe innen mit Salz, Knoblauch und Zitronensaft einreiben und füllen.
- o Die Scheiben in eine gefettete feuerfeste Form geben, mit dem Käse - Bröselgemisch bestreuen, mit geschmolzener Butter beträufeln und ca. 20 Minuten bei 200°C im Rohr backen.

**Quellen:**



Ida Traupmann: *Rezept aus  
Bäuerinnenkochkurs*

