

Gefüllter Spaghettikürbis alla Carbonara



ZUTATEN

- 1 Spaghettikürbis
- 3 EL Obers
- 2 Eier
- 3 EL Parmesan
- Salz, Pfeffer
- Muskatnuss
- 100g Speck
- 1 Knoblauchzehe
- 150g Reibekäse

ZUBEREITUNG

Den Spaghettikürbis halbieren und die Kerne mit einem Löffel herauskratzen. Die Kürbishälften mit der Schnittseite auf ein Backpapier am Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 200°C 30 Minuten backen. (Möglich ist auch den Kürbis 20 Minuten im Dampfgarer zu dämpfen oder die Schnittflächen auf einen Teller mit Wasser für 10 Minuten bei 800 Watt in die Mikrowelle zu geben).

Das gegarte Kürbisfleisch mit der Gabel zu Spaghetti kratzen und in eine Schüssel füllen.

Für die Carbonara das Obers, die Eier und den geriebenen Parmesan in einer Schüssel mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Speck knusprig braten und Knoblauch untermischen. Nun das Kürbisfleisch untermischen und in die Kürbishälften füllen. Mit Reibekäse bestreuen und bei 180°C Heißluft ca 30 Minuten backen.