

Rezept

# Currykürbis-Füllung für Eierpfannkuchen

Ein Rezept von Currykürbis-Füllung für Eierpfannkuchen, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>500 g</b> geputzter Kürbis (z. B. Hokkaido)	<b>1 Stange</b> Lauch
<b>1</b> Zwiebel	<b>1</b> Knoblauchzehe
<b>1 Stück</b> frischer Ingwer (ca. 4 cm)	<b>2 EL</b> Olivenöl
1-1 ½ EL Currypulver	<b>1 TL</b> gemahlener Kreuzkümmel
<b>125 g</b> Sahne	Salz
Pfeffer	1/4 Bund Koriandergrün

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal

## Zubereitung

1. Den Kürbis auf der Gemüsereibe grob raspeln. Lauch längs vierteln, waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln.

---

2. Öl in einer Pfanne erhitzen, darin Zwiebel, Knoblauch und Ingwer andünsten. Lauch zugeben, kurz mitdünsten. Kürbis zugeben, Gewürze darüberstäuben und unter Rühren ca. 3 Min. anbraten. Sahne zugießen, salzen, pfeffern und zugedeckt 8-10 Min. bei mittlerer Hitze garen. Koriander waschen, trocken schütteln, hacken und untermischen.