Rezept

Gewürzbirnen aus dem Ofen

Ein Rezept von Gewürzbirnen aus dem Ofen, am 18.06.2025

Zutaten

- **4** reife Birnen
- **1** Bio-Orange
- **4 EL** flüssiger Honig
- **40 g** Butter
- Lebkuchengewürz (ersatzweise Zimt)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 195 kcal, 9 g F, 1 g EW, 28 g KH

Zubereitung

1. Backofen auf 210° (Ober-/ Unterhitze) vorheizen. Birnen schälen, halbieren und vom Kerngehäuse befreien, dabei die Stiele an den Früchten belassen. Eine große, flache ofenfeste Form mit 10 g Butter ausstreichen. Die Orange heiß waschen und trocken tupfen. Mit einem Sparschäler einen dünnen Streifen von der Orangenschale abschälen und in feine Streifen schneiden, übrige Schale fein abreiben. Saft auspressen.

2. Die halbierten Birnen mit der Schnittseite nach oben in die Form legen. Die restliche Butter (30 g) in Flöckchen schneiden und mit Orangensaft und -abrieb, dem Lebkuchengewürz und dem Honig auf den Birnenhälften verteilen. Die Gewürzbirnen ca. 20 Min. im heißen Ofen (Mitte) garen, dabei mehrmals mit der Garflüssigkeit übergießen und nach ca. 10 Min. Garzeit einmal wenden. Die Gewürzbirnen mit den Orangenstreifen garnieren und warm servieren.