

Rezept

# Kürbis mit Ingwer und Zitrone

Ein Rezept von Kürbis mit Ingwer und Zitrone, am 09.06.2026

## Zutaten

- |   |  |
|---|--|
| <b>1</b> kleiner Hokkaido-Kürbis (etwa 850 g) | <b>7 EL</b> Olivenöl (+ Öl für den Rost) |
| Salz  | Pfeffer                                  |
| <b>1</b> große Bio-Zitrone                    | <b>1 Stück</b> Ingwer (etwa 3 cm)        |
| <b>1</b> kleines Bund Basilikum               |  |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 205 kcal

## Zubereitung

1. Den Kürbis waschen und vierteln. Die Kerne aus der Mitte mitsamt dem faserigen Fleisch mit einem Löffel aus den Stücken schaben. Die Viertel in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. In einer Schüssel mit 2 EL Öl, Salz und Pfeffer gut mischen.
2. Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Den Ingwer schälen, dann erst in dünne Scheiben, anschließend in feine Streifen schneiden. Die Basilikumblättchen abzupfen und fein schneiden.
3. Den Zitronensaft mit Salz, Pfeffer und dem übrigen Öl mit einer Gabel cremig verschlagen. Zitronenschale, Ingwer und Basilikum unterrühren.
4. Den Rost einölen. Die Kürbisscheiben auf den Rost legen und bei mittlerer Hitze 12-15 Minuten grillen, bis sie schön braun und weich sind, dabei ab und zu wenden.
5. Die Kürbisscheiben auf einen großen Teller oder eine Platte legen, das Ingwer-Zitronen-Dressing darüber verteilen. Den Kürbis gleich servieren oder auch erst abkühlen lassen. Der Kürbis schmeckt sehr gut zu gegrilltem Schwein oder Huhn, er passt aber auch zu anderen Gemüsen vom Grill.