

Rezept

# Ofenkürbis mit Schafskäsecreme

Ein Rezept von Ofenkürbis mit Schafskäsecreme, am 11.05.2026

## Zutaten

### Für den Kürbis:

- |                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| <b>1</b> Hokkaido-Kürbis (ca. 1 kg) | <b>2</b> rote Zwiebeln  |
| <b>3 EL</b> Olivenöl                | <b>1 TL</b> gemahlener Kreuzkümmel  |
| Salz                                | Pfeffer   |
| <b>1 TL</b> Schwarzkümmel           | <b>¾ TL</b> Pul Biber (nach Belieben; aus dem türkischen Lebensmittelladen) |

### Für die Creme:

- |                                    |   |
|------------------------------------|---|
| <b>200 g</b> Schafskäse (Feta)     | <b>1</b> Knoblauchzehe  |
| <b>1 Bund</b> Dill                 | <b>300 g</b> türkischer Joghurt (10 % Fett; ersatzweise griechischer Joghurt) |
| <b>½ TL</b> gemahlener Kreuzkümmel | Salz  |
| Pfeffer                            | <b>2 Spritzer</b> Zitronensaft  |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 445 kcal

## Zubereitung

1. Für den Kürbis den Backofen auf 220° vorheizen, ein Blech mit Backpapier auslegen. Den Kürbis waschen, putzen und längs in 5 cm dicke Spalten schneiden, diese einmal quer halbieren. Die Zwiebeln schälen und längs in 3 cm große Spalten schneiden. Das Olivenöl mit Kreuzkümmel verrühren, dann mit Kürbis und Zwiebeln direkt auf dem Blech mischen. Alles nebeneinander verteilen, salzen und pfeffern.
2. Die Kürbisspalten im heißen Ofen (Mitte) in 30-40 Min. garen, bis sie weich und leicht gebräunt sind, währenddessen einmal durchmischen. Etwa 10 Min. vor Garzeitende den Schwarzkümmel unterrühren.
3. Inzwischen für die Creme den Schafskäse mit einer Gabel zerdrücken. Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Dill waschen und trocken schütteln. Die Spitzen abzupfen und grob hacken. Die Hälfte vom Dill mit Knoblauch und Schafskäse unter den Joghurt rühren. Die Creme mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.
4. Die fertig gegarten Kürbisspalten aus dem Ofen nehmen, mit der Schafskäsecreme beträufeln, mit dem übrigen gehackten Dill und nach Belieben Pul biber bestreuen und servieren.