

## Rezept

# Schnelles Ofengemüse mit Kürbis und Fenchel

Ein Rezept von Schnelles Ofengemüse mit Kürbis und Fenchel, am 10.06.2026

## Zutaten

<b>250 g</b> Fenchel	Salz
<b>400 g</b> Hokkaido-Kürbis	<b>250 g</b> Austernpilze
<b>1</b> Stängel Petersilie	<b>1</b> Schalotte
<b>2 EL</b> Pesto alla genovese (Fertigprodukt; aus dem Glas)	<b>2 EL</b> Aceto Balsamico bianco
Pfeffer	<b>5 EL</b> Öl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 450 kcal

## Zubereitung

1. Den Ofen auf 250° (Umluft 220°) vorheizen. Den Fenchel putzen, waschen und längs halbieren, den harten Strunk entfernen, den Rest in 1-2 cm breite Spalten schneiden. Diese in kochendem Salzwasser ca. 3 Min. blanchieren, in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Den Kürbis putzen, waschen, entkernen und samt Schale in 1-2 cm breite Spalten schneiden. Die Pilze putzen und grob zerkleinern.
3. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Schalotte schälen und fein würfeln. Beides mit Pesto, Essig und Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse mit der Marinade mischen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Die Temperatur auf 200° herunterschalten und das Gemüse im heißen Ofen (Mitte, Umluft 180°) 20-25 Min. garen. Dazu passt Baguette oder gebratene Polenta.