

Rezept

Veganes Kartoffel-Kürbis-Gratin

Ein Rezept von Veganes Kartoffel-Kürbis-Gratin, am 28.06.2026

Zutaten

800 g vorwiegend festkochende Kartoffeln	1 Stück Kürbis (ca. 600 g, z. B. Butternut- oder Muskatkürbis)
Salz	Pfeffer
250 ml Kokosmilch	50 g Kürbiskerne
$\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone	$\frac{1}{4}$ Bund Thymian oder Bohnenkraut
$\frac{1}{2}$ TL Chiliflocken	2 EL vegane Margarine

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben hobeln oder schneiden. Aus dem Kürbis die Kerne mitsamt dem faserigen Fruchtfleisch mit einem Löffel herausschaben. Kürbis schälen und ebenfalls in dünne Scheiben hobeln.
2. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Kartoffel- und Kürbisscheiben lagenweise und dachziegelartig in eine flache feuerfeste Form schichten, dabei jede Schicht salzen und pfeffern. Kokosmilch gut durchrühren und seitlich angießen.
3. Die Kürbiskerne nicht zu fein hacken. Die Zitronenhälfte heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben. Den Thymian oder das Bohnenkraut abrausen und trocken schütteln. Die Bohnenkrautblätter abzupfen und fein schneiden, die Thymianblättchen von den Zweigen streifen.
4. Die Kürbiskerne mit Zitronenschale, Thymian oder Bohnenkraut, Chiliflocken und Salz mischen und auf dem Kürbis in der Form verteilen. Margarine in kleine Würfel schneiden und darauflegen.
5. Gratin in den Ofen (Mitte) schieben und ca. 45 Minuten backen, bis die Kartoffeln weich sind und die Oberfläche schön gebräunt ist. Das Kartoffel-Kürbis-Gratin kurz stehen und ziehen lassen, dann servieren. Dazu schmeckt: Feldsalat, angemacht mit einer Vinaigrette mit Kürbiskernöl.