

Ofenkürbis mit Spiegeleiern

ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 15 Minuten

BACKEN: ca. 20 Minuten

Für 4 Personen

Backpapier für das Blech

ca. 600 g gerüsteter Potimarron-Kürbis, in
1,5–2 cm dicken Schnitzen
2 rote Zwiebeln, in Schnitzen
4 Knoblauchzehen
4 EL Bratbutter, flüssig, oder
Bratcrème
4 Eier
100 g Gruyère AOP, gerieben
2 EL glattblättrige Petersilie, gehackt
Salz, Pfeffer

NÄHRWERTE

Pro Portion / pro Stück: kcal 362 , Fett 28g , Kohlenhydrate 10g , Eiweiss 15g



© le menu

Zubereitung

1 Kürbis, Zwiebeln und Knoblauch mit 3 EL Bratbutter mischen, auf dem vorbereiteten Blech verteilen, dabei 8 Kürbisschnitze so darauflegen, dass 4 Kreise entstehen (für Spiegeleier).
2 In der Mitte des auf 230°C vorgeheizten Ofens 15 Minuten backen.
3 Je wenig Bratbutter und 1 aufgeschlagenes Ei in die «Kürbiskreise» geben. Auf der untersten Rille 5 Minuten backen. Käse darauf verteilen, schmelzen lassen. Mit Petersilie bestreuen, würzen.