



## Gefüllter Kürbis mit Rollgerste

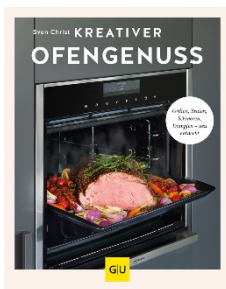


Für 4 Personen

### ZUTATEN:

200 g Rollgerste  
(Gerstengraupen)  
2 mittelgroße Hokkaidokürbisse  
(je ca. 1,25 kg; ersatzweise  
Patisson-Kürbis)  
1 Stück Knollensellerie (ca. 100 g)  
2 Schalotten  
1 Zweig frischer Rosmarin  
1 Stängel Estragon  
½ TL getrocknete Lavendelblüten  
2 EL Olivenöl  
100 ml trockener Weißwein  
100 g Ziegenfrischkäse  
Salz  
schwarzer Pfeffer

Zubereitungszeit ca. 25 Min.



### ZUBEREITUNG:

Für die Füllung den Ofen auf 100° (Dämpfen) vorheizen; den Wassertank mit kaltem Wasser füllen. In ein Sieb die Rollgerste geben und unter fließendem kaltem Wasser waschen. Dann in einem tiefen Blech verteilen und im heißen Ofen (Mitte) ca. 15 Min. dämpfen.

Inzwischen die Kürbisse abwaschen; die Schale wird mitverzehrt. Unschöne Stellen flach wegschneiden. Von den Kürbissen jeweils oben einen Deckel abschneiden und mit einem Löffel das faserige Innere mitsamt den Kernen herauskratzen – auch aus den beiden Deckeln. Die Kürbisse, falls sie zu wackelig stehen, an der Unterseite etwas flach schneiden, dann mit der Öffnung nach oben auf ein Blech setzen.

Die Rollgerste aus dem Ofen nehmen und in eine Schüssel geben. Den Ofen auf 170° (Heißluft) vorheizen. Inzwischen für die Füllung den Sellerie und die Schalotten schälen, in kleine Würfel schneiden und zur Rollgerste geben. Rosmarin und Estragon kalt abrausen und trocken schütteln, die Nadeln bzw. Blättchen abstreifen. Beides fein hacken und zusammen mit den Sellerie- und Schalottenwürfeln sowie Lavendelblüten, Olivenöl und Wein ebenfalls in die Schüssel geben. Die Füllmasse gut durchmischen. Die Kürbisse mit der Mischung füllen und jeweils den Deckel daraufsetzen. Die Kürbisse im heißen Ofen (Mitte) in ca. 35 Min. weich backen.

Die Kürbisse vorsichtig aus dem Ofen nehmen und die Deckel abheben. Jeweils die Hälfte des Ziegenkäses unter die Füllung mischen und diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Deckel wieder aufsetzen und das Ganze heiß servieren.

Ein Rezept aus dem Buch: **Kreativer Ofengenuss** von Sven Christ, erschienen im Gräfe und Unzer Verlag