



## Gebackener Korma-Kürbis

mit braunen Linsen und Tomaten-Sambal



30-40Min.



3-4 Personen

Der Butternusskürbis wird wegen seiner Form auch Birnenkürbis genannt. Anders als beim Hokkaidokürbis sollte der Butternusskürbis für die meisten Gerichte geschält werden, da die Schale beim Kochen nicht so weich wird. Aber das geht ruck, zuck und dann kann er auch schon mit braunen Linsen und köstlicher Korma-Sauce bedeckt in den Ofen wandern.

## Was du von uns bekommst

- Kokosraspel
- rote Zwiebeln
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Stück frischer Ingwer
- 500ml Kokosmilch
- 30g frische Petersilie, Koriander & Minze
- 2 Dosen braune Linsen
- 1 Packung Korma-Currypaste <sup>6</sup>
- 1 Päckchen Mandelblättchen <sup>15</sup>
- 1x Butternusskürbis
- 1 Packung Tomaten
- rote Zwiebeln

## Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backblech und Backpapier
- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Sojabohnen (6), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 720.0kcal, Fett 50.0g, Eiweiß 19.6g, Kohlenhydrate 42.2g



**1. Kürbis schneiden**

Den Backofen auf 180°C Umluft (200°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den **Kürbis** schälen, mit einem Löffel entkernen und anschließend in ca. 1-2cm große Stücke schneiden. Die **Zwiebeln** schälen und grob vierteln.



**2. Kürbis backen**

Den **Kürbis** und die **Zwiebeln** mit 1EL Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen und in einer Auflaufform ca. 12-15Min. im Ofen backen.



**3. Mandeln rösten**

Die **Mandeln** und die **1/2 der Kokosraspel** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech getrennt voneinander ausbreiten und ebenfalls im Ofen für ca. 5-7Min. rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen.



**4. Sambal vorbereiten**

Die **Tomaten** vierteln und entkernen, die **Kerne** für später aufheben, das **Fruchtfleisch** fein würfeln. Die **Kräuter** getrennt voneinander fein hacken. Den **Ingwer** schälen und fein raspeln. **Tipp: Ingwer** lässt sich am besten mit einem Löffel schälen.



**5. Curry mischen**

Die **Kokosmilch** mit **Currypaste nach Geschmack** mischen. Die **Linzen** in einem Sieb unter klarem Wasser gut abspülen und abtropfen lassen. Die **Linzen**, die **Tomatenkerne** und die **Korma-Kokosmilch** zum **Kürbis** und den **Zwiebeln** in die Auflaufform geben, alles gut vermischen und für weitere ca. 15-17Min. backen, bis der **Kürbis** gar ist.



**6. Sambal mischen**

Die **Tomatenstücke**, die **Minze**, die **Petersilie**, den **Ingwer**, die **gerösteten Kokosraspel**, 2-3EL Olivenöl, Salz und 1 Prise Zucker vermischen. Die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen und das **Sambal** damit abschmecken, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. Das **Curry** mit **Koriander** und **Mandeln** garnieren und mit **Tomaten-Sambal** und \_\_Limettenspal...

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf [marleyspoon.de](https://marleyspoon.de) an.     **#marleyspooning**