

Kürbis-Pommes



Zubereitung:

Backofen auf 180 °C vorheizen. Kürbis schälen, vierteln und von den Samen befreien. Mit einem scharfen Messer das Kürbisfleisch in 0,5 bis 1 cm dicke Stäbchen schneiden. In einer Schüssel Öl und Gewürze mischen und die

Kürbis-Pommes darin schwenken und dabei gut vermischen. Auf einem Backblech verteilen. Im vorgeheizten Ofen etwa 30 Minuten backen, bis sie weich sind und eine schöne Kruste haben.

Tipp:

Die Kürbis-Pommes schmecken gut und sind noch dazu gesund und schnell gemacht. Sie lassen sich wunderbar Gästen anbieten – warm oder auch kalt. Zu den Kürbis-Pommes empfiehlt sich ein Dipp aus saurer Sahne und Gartenkräutern.

Zutaten:

(ergibt 1 Backblech)

1 kg festfleischiger Kürbis (z. B. Butternuss)
1 bis 2 Esslöffel Olivenöl
1 Teelöffel
Salz
1 Teelöffel Currypulver
1 Teelöffel Knoblauchpulver
1 Messerspitze
Cayennepfeffer