



Süßkartoffeln-Kürbis-Auflauf mit Zwiebeln

Vegan !!!

Zutaten (für 4 Personen):

Olivenöl für das Blech
400 g Süßkartoffeln
3 - 4 EL Olivenöl
Meersalz
Pfeffer aus der Mühle
1 TL gehackter Thymian
400 g Hokkaido-Kürbis
1 Msp. Ingwerpulver
1/2 TL mildes Currypulver
2 rote Zwiebeln
1 Limette
2 EL Pinienkerne

Zubereitungszeit: 15 min Backzeit ca.: 35 min

Zubereitung: Den Ofen auf 200°C Unter- und Oberhitze vorheizen. Ein Blech mit Öl bepinseln. Die Süßkartoffeln schälen, waschen und quer in 1-2 cm dicke Scheiben schneiden. Dünn mit Öl bepinseln und mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Den Kürbis waschen, die Kerne und harten Fasern herauskratzen und das Fruchtfleisch mit der Schale in 1 – 2 cm dicke Spalten schneiden. Dünn mit Öl bepinseln und mit Salz, Pfeffer, Ingwer und Curry würzen. Die Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Die Gemüsestücke auf dem Backblech verteilen. Die Limette auspressen und den Saft über das Gemüse träufeln. Im heißen Ofen ca. 25 Minuten goldbraun backen, dann die Pinienkerne darüber streuen und alles zusammen weitere 10 Minuten backen.