

Steinbutt in Kürbis

Zutaten für 4 Personen:

600-700g Steinbuttfilet,
1 großen Speisekürbis,
(sollte aber in das
Backrohr passen!)
500 g Champignon,
1 Zucchini,
500 g festkochende
Kartoffeln,
1 Zwiebel,
3 Knoblauchzehen,
Rosmarin, Petersilie,
Basilikum,
Lorbeerblätter (2 Stk.),
Salz und Pfeffer

1 Fl. Chablis oder
Riesling (braucht der
Koch und auch die
Gäste)



Zubereitung:

Die Kartoffeln weich kochen, schälen und auskühlen lassen. Die Steinbuttfilets putzen falls notwendig, und in ca. 2x2 cm große Stücke schneiden. Den Zucchini, die Champignon und die abgekühlten Kartoffeln auch in große Stücke schneiden und mit den Steinbuttstücke zusammen in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer, gehackter Petersilie, Basilikum und Rosmarin würzen. Alles ordentlich miteinander vermischen.

Aus dem Kürbis vorsichtig oben einen Deckel ausschneiden (wird noch gebraucht), und das innere Fruchtfleisch samt Kerne entfernen. Vorsichtig aushöhlen, damit kein Loch in der Wand entsteht.

Nun das Gestückelte (Fisch und Gemüse) in den Kürbis einfüllen, und mit dem Kürbisdeckel verschließen.

Das ganze nun 1,5 Stunden bei 170°C im Backrohr braten. Öfters mal nachschauen, ob die Fülle im Kürbis schon gar ist.

Gutes Gelingen und guten Appetit wünscht
Rainer Hofstätter aus Altlenzbach (Österreich)