

## krümeliger Kürbis mit Thymian

in einer Grillpfanne gebacken, würde auch auf dem Grill gehen

Kürbis in Scheiben schneiden, die Kerne entfernen und für dieses Gericht auch die Schale mit dem Sparschäler abschneiden.

Olivenöl mit Thymian, Kräutersalz und Chiliflocken verrühren und die Kürbisscheiben damit einpinseln. Ca. 30 Min. ruhen lassen.

Die Grillpfanne erhitzen und die Kürbisscheiben in die Pfanne geben, einmal wenden, bei geringer Hitze je Seite ca. 4 Minuten braten lassen. Die letzten 3 Minuten habe ich noch einen Pfannendeckel, nicht ganz geschlossen, auf die Pfanne gelegt.

Ich hatte dazu einen Bulgur-Salat.



### Zutaten für 5 Portionen:

<b>1000 g</b>	Kürbisfleisch, Hokkaido-
<b>5 TL</b>	Thymian, frisch gehackter
<b>10 EL</b>	Olivenöl
<b>etwas</b>	Kräutersalz
	Chiliflocken

**Verfasser:** 007krümeliger