Gefüllter Champignon-Kürbis

Zutaten für 2 Portionen:

1 Hokkaido
400 g Champignon
100 g Spinat frisch
1 EL Cottagecheese light
Mandelmilch
Olivenöl
Fetakäse light
Gewürze: Curry Mandras, Kümmel, Thymian, Muskatnuss, Salz, etwas Pfeffer

Zubereitung:

Kürbis köpfen und aushöhlen. Den Kürbis inkl Deckel mit Olivenöl bestreichen und ins Rohr bei 180 Grad 30 Minuten Heißluft.

In der Zeit die Champignons waschen, in Stücke schneiden und in wenig Olivenöl andünsten. Etwas Mandelmilch fürs Ablöschen dazu, ebenfalls 1 EL Cottagecheese dazu geben. Kurz bevor der Kürbis fertig ist, den Spinat dazu geben und in Stücken den Fetakäse und ebenfalls würzen.

Den fertigen Kürbis füllen und servieren.