

## Rezept für den Groß Glienicker Männerkochkreis am 25. November 2015

### Gebackener Kürbis- Kartoffelmix

Zutaten für 6 Personen:

1 großen Hokkaidokürbis

6 große Kartoffeln

3 Süßkartoffeln

4 große rote Zwiebeln

mehrere Knoblauchzehen

frischen Rosmarin

Rapsöl, Salz, Pfeffer

6 Hühnerfilets

Die Hühnerfilets 12 Stunden vorher in einer Marinade einlegen (Rapsöl, Sojasauce, gepresster Knoblauch und gepresster Ingwer, Salz und Pfeffer).

Hokkaidokürbis gründlich waschen (die Schale wird mitgegessen), ausnehmen und in große Stücke schneiden.

Die Süßkartoffeln waschen, schälen und ebenfalls in Stücke schneiden, gleich groß wie die Kürbisstücke.

Die Kartoffeln waschen und mit der Schale stückeln, etwas kleiner als die Süßkartoffeln und den Kürbis.

Zwiebeln schälen und sechsteln. Knoblauch schälen, Stücke halbieren.

Je nach der Menge ein oder zwei Backbleche mit Backpapier auslegen, alle Zutaten **außer** die Zwiebeln, Rosmarin und das Fleisch auf die Bleche verteilen. Öl, nicht zu viel, Salz und Pfeffer drüber geben.

In den Backofen bei 180° ca. 30 Minuten. Immer wieder mal umrühren. Nach ca. 15 Minuten die Zwiebeln und das Rosmarin dazu geben.

Kurz bevor der Mix fertig ist, ein Rost mit Alufolie auslegen, die Filets darauf und in den Backofen unter den Grill geben. Achtung, unter Beobachtung halten, damit sie nicht zu trocken werden.

Sobald das Fleisch gar ist alles servieren. Guten Appetit.