



Kürbis-Crostini

Zeit gesamt
🕒 20min

Zubereitungszeit
🕒 10min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, rot	1 St.
Hokkaidokürbis	1 St.
Äpfel, rot	2 St.
Thymian, frisch	10 g
Öl	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Ciabatta-Brot	1 St.
Balsamicoessig, dunkel	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Backblech mit Backpapier

1. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Kürbis waschen, halbieren. Kerngehäuse entfernen. Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und beides in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Thymian waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen streifen.
2. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Kürbis, Äpfel und Zwiebel auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit Öl, Salz und Pfeffer würzen und im Ofen ca. 15 Min. backen. Ciabatta in Scheiben schneiden und im heißen Ofen ca. 3 Min. von jeder Seite leicht anrösten.
3. Ciabatta auf Tellern anrichten. In einer Schüssel Kürbis, Äpfel und Zwiebel in Balsamico schwenken und auf die Ciabattascheiben drapieren. Kürbis-Crostini mit Thymian verfeinern und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	237 kcal
Kohlenhydrate	47 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	5 g