



Foto: Elena_Danileiko von Getty Images via canva.com

Pilz-Paprika-Kürbispfanne

ZUTATEN | 2 PORTIONEN

- 400 g Kürbis (z.B. Butternut)
- 250 g frische Champignons
- 1 Paprika
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Öl (z.B. Rapsöl)
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL frische oder getrocknete Kräuter (z.B. Petersilie, Rosmarin, Kerbel)

ZUBEREITUNG | ETWA 35 MINUTEN

1. **Kürbis** waschen, entkernen, schälen und in dünne Spalten schneiden.
2. **Pilze** säubern und in Scheiben schneiden. **Paprika** waschen, entkernen und in dünne Streifen schneiden. **Kräuter** waschen, trocknen und fein hacken.
3. **Knoblauch** schälen und fein hacken, reiben oder pressen. **Zwiebel** ebenfalls schälen und fein würfeln.
4. **Öl** in einer Pfanne erhitzen. **Zwiebelwürfel** und **Knoblauch** etwa 3 min. darin andünsten. **Kürbisspalten** dazu geben und ca. 8 min. anbraten. **Pilze** und **Paprikastreifen** ebenfalls hinzufügen und für weitere 6 bis 10 Minuten mitbraten.
5. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Kurz vor dem Servieren mit gehackten **Kräutern** bestreuen.