



Kartoffel mit Kürbishummus und Avocado

Ofen auf 180° C vorheizen. **Kartoffeln** schälen und in Spalten schneiden. **Gemüse** wie Zwiebel, Aubergine, Paprika, Karotte schälen und zerkleinern. **Kürbis** entkernen, auf Wunsch schälen und in Stücke schneiden. Gemüse und Kürbis separat mit etwas Olivenöl vermengen und getrennt etwa 20 min. im Ofen backen.

Anschließend Kürbis zusammen mit **Kichererbsen** (Dose) und **Gewürzen** (Koriander, Kreuzkümmel, Tahini, etwas Salz) zu Hummus pürieren. **Avocado** teilen und entkernen und mit Hummus füllen.

Zusammen mit Ofengemüse servieren.