# Kürbis in der Heißluftfritteuse

## Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Hokkaido-Kürbis
- 4 EL Olivenöl
- 1 Prise Pfeffer
- ½ TL Salz
- 1 TL Paprikapulver (edelsüß)

### Für den Feta Dip:

- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 150 g Feta
- 2 EL Petersilie (gehackt)
- 250 g Magerquark
- 3 EL Olivenöl
- ½ TL Salz
- 1 Prise Pfeffer

| | |
|---|---|
| **Arbeitszeit:** | ca. 10 Minuten |
| **Kochzeit/Backzeit:** | ca. 13 Minuten |
| **Gesamtzeit aktiv:** | ca. 23 Minuten |

## Zubereitung:

1. Wasche den Kürbis. Halbiere ihn und entferne das Kerngehäuse. Schneide den Kürbis in schmale Streifen.
2. Mische das Olivenöl mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver. Streiche die Kürbisstreifen damit von beiden Seiten ein und lege sie portionsweise in den Airfryer. Backe den Kürbis in der Heißluftfritteuse bei **180 Grad für 13 Minuten**.
3. Bereite währenddessen den Dip zu: Schäle die Zwiebel und den Knoblauch. Schneide beides in kleine Würfel. Krümel den Feta in eine Schüssel. Füge die restlichen Zutaten hinzu und verrühre sie miteinander. Schmecke den Dip mit Salz und Pfeffer ab.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.