

Gnocchi-Brokkoli-Auflauf

Für 4-6 Portionen:

500 g Gnocchi	300 g Brokkoli, Röschen	200 ml Sahne
100 g gerieb. Parmesan	100 g gerieb. Mozzarella	1 Zwiebel, gewürfelt
2 Knoblauchzehen	2 EL Butter	1 TL Zitronensaft
1 TL Salz	$\frac{1}{2}$ TL Pfeffer	Muskatnuss
Olivenöl		

Brokkoli kochen:

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen, eine Prise Salz hinzufügen und den Brokkoli 5 Minuten garen, bis er weich, aber noch bissfest ist. Abgießen und beiseitestellen.

Gnocchi kochen:

Die Gnocchi nach Packungsanweisung kochen, bis sie an die Oberfläche steigen. Abgießen und ebenfalls beiseitestellen.

Zwiebel und Knoblauch anbraten: Erhitze die Butter in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze. Füge die Zwiebel und den Knoblauch hinzu und brate sie an, bis sie weich und duftend sind (ca. 2-3 Minuten).

Sahne hinzufügen:

Die Sahne in die Pfanne gießen und gut umrühren, für 5 Minuten leicht köcheln lassen, bis sie etwas eingedickt ist.

Käse hinzufügen:

Geriebenen Parmesan und Mozzarella hinzufügen und rühren, bis der Käse geschmolzen und die Sauce schön cremig ist. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Gnocchi und Brokkoli hinzufügen:

Gnocchi und den Brokkoli zur Sauce in die Pfanne geben, alles vorsichtig vermengen, bis die Gnocchi und Brokkoli gut mit der Sauce bedeckt sind.

In eine Auflaufform füllen:

Die Mischung in eine leicht geölte oder mit Butter eingefettete Auflaufform geben und die Oberfläche glatt streichen.

Backen:

Den Auflauf im vorgeheizten Ofen bei 180°C (Umluft) für etwa 20-25 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist.

Servieren:

Vor dem Servieren den Auflauf 5 Minuten ruhen lassen.

Schneiden und Servieren:

Den Auflauf in Portionen schneiden und warm servieren.

Varianten:

Frische oder getrocknete Tomaten hinzufügen, um einen fruchtigen Akzent zu setzen.

Gewürfelten Schinken oder Speck dazugeben, um dem Gericht eine herzhafte Note zu verleihen.

Spinat unter den Brokkoli mischen für ein weiteres gesundes Gemüse.

Sautéierte Champignons oder andere Pilze hinzugeben, um dem Gericht mehr Geschmack und Textur zu verleihen.

Den Brokkoli gegen gewürfelte Süßkartoffeln austauschen, um eine süßere Variante zu schaffen.

Vor dem Backen Semmelbrösel oder geriebenen Parmesan über den Auflauf streuen.

Gewürfeltes, vorgegartes Hähnchen dazugeben.

Etwas grünes Pesto unter die Soße mischen, um einen aromatischen, kräuterigen Geschmack zu erzielen.

Zucchini-Röllchen oder gewürfelte Zucchini ergänzen den Brokkoli und sorgen für zusätzliche Frische.

Für einen intensiveren, salzigen Geschmack anstelle von Mozzarella Schafskäse verwenden.

NN am 11. Dezember 2025