

Mit Käse überbackener Gemüse-Auflauf

2 Karotten	1 Knolle Sellerie	1 Kopf Wirsing
2-3 EL Butter	4-5 EL Semmelbrösel	Salz
Pfeffer	300 g Sahne	6-8 Eier
5 Zweige Thymian	Prise Cayenne	200 g geriebener Emmentaler

Karotte und Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Wirsing in feine Streifen schneiden. Nacheinander alle drei Gemüsesorten in kochendem Salzwasser blanchieren und in kaltem Wasser gut abschrecken. Sellerie und Karotten sollten schon weich sein. Natürlich können Sie auch Brokkoli und Bohnen statt des Wirsings mit dazunehmen.

Anschließend in einem Sieb gut abtropfen lassen (den Wirsing ggf.

etwas ausdrücken), auf einem Geschirrtuch ausbreiten und richtig trocken tupfen.

Eine runde Kuchenform gut mit Butter ausstreichen und mit Semmelbröseln bestreuen. Auch der Rand und die Innenkante müssen gut gefettet und bestreut sein. Die drei Gemüsesorten in einer Schüssel gut vermischen und locker, gleichmäßig in die Kuchenform streuen.

Eier und Sahne im Verhältnis 1:1 zu einem Eierstich mischen fein gezupfte Thymianblättchen unterrühren und großzügig mit Salz und Pfeffer sowie einer kleinen Prise Cayenne abschmecken. Anschließend über das Gemüse in die Kuchenform gießen, bis das Gemüse fast bedeckt ist. Die Form sollte etwa zu zwei Dritteln gefüllt sein.

Zuletzt mit fein geriebenem Emmentaler bestreuen.

Gemüseauflauf backen:

Auch Brokkoli macht sich gut im Gemüseauflauf.

Im Backofen bei 160°C Ober-/Unterhitze etwa 40-50 Minuten (je nach Größe) backen, herausnehmen und gut 5 Minuten bei Zimmertemperatur stehen lassen.

Anschließend den Ring öffnen, vorsichtig entfernen, den Gemüseauflauf in Tortenstücke schneiden und anrichten.

Tipp:

Dasselbe Rezept ist im Prinzip auch in einer Auflaufform oder in Kaffeetassen möglich, aus denen man den Auflauf später stürzen kann.

Alexander Herrmann am 27. Dezember 2021