

Broccoli-Möhren-Auflauf

Für 4 Portionen:

1 Glas WDM Karotten-Suppe	650 g Broccoli	250 g Möhren
150 g geriebener veganer Käse	1 Zwiebel	70 g Margarine
40 g Mehl	200 ml vegane Schlagsahne	2 Knoblauchzehen
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	$\frac{1}{2}$ Baguette	1 Prise Salz, Pfeffer
Öl		

Für dem Auflauf Broccoli putzen, waschen und in Röschen teilen. Möhren schälen, waschen und in Stücke schneiden.

Gemüse in reichlich Salzwasser 8-10 Minuten garen.

Abgießen und etwa 100 ml Garwasser dabei auffangen.

Zwiebel schälen, fein würfeln und in etwas Öl glasig dünsten.

Anschließend das Mehl einsieben und unter Rühren ca. 3 Minuten anschwitzen.

100 ml Gemüsewasser, WDM Karottencreme-Suppe und vegane Sahne nach und nach unterrühren.

Zum Schluss die Hälfte des veganen Käses zufügen und bei schwacher Hitze 10 Minuten köcheln lassen.

Soße mit Salz und Pfeffer würzen. Das gedünstete Gemüse auf vier Portionsschälchen verteilen und die Soße drüber gießen.

Mit dem restlichen Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen (225°C) 15-20 Minuten überbacken.

In der Zwischenzeit Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen, trocken tupfen und ebenfalls hacken.

Zimmer-temperierte Margarine, Knoblauch und Petersilie vermengen.

Baguette in Scheiben aufschneiden, mit der Kräuterbutter bestreichen und ca. 6 Minuten vor Ende der Garzeit mit in den Backofen legen und knusprig backen.

Timo Franke am 22. Januar 2022