

Karotten-Gratin mit Maisgrieß

Für 4 Personen:

| | | |
|-------------------------|------------------------|-----------------------|
| 400 g Bund-Karotten | 2 Schalotten | 1 Stange Lauch, klein |
| 1 EL Rapsöl | 500 ml Gemüsebrühe | Salz |
| Pfeffer | 250 ml Milch, ca. | 250 g Maisgrieß |
| 150 g Frischkäse | 1 Bund Kerbel | 2 Eier, Größe M |
| 100 g Cheddar, gerieben | 1 EL Sonnenblumenkerne | |

Karotten, Schalotten und Lauch putzen bzw. schälen. Karotten längs halbieren. Schalotten fein würfeln und den Lauch sehr fein schneiden. Öl erhitzen. Schalotten darin glasig andünsten. Karotten und ca. 50 ml Gemüsebrühe zufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles ca. 10-15 Minuten dünsten. Karotten aus dem Topf heben. Übrige Brühe und Milch in den Topf geben und aufkochen.

Grieß unterrühren und ca. 5 Minuten, unter Rühren, garen, bis eine geschmeidige Masse entsteht. Lauch und Frischkäse unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Abgedeckt ca. 10 Minuten quellen lassen.

Eine Springform (Durchmesser 26 cm) einfetten. Kerbel abrausen, trockenschütteln und fein schneiden.

Die Hälfte vom Kerbel, Eier und die Hälfte Käse unter die Grießmasse rühren und würzen.

Grießmasse in die Springform füllen und glattstreichen. Karotten rundherum auf der Grießmasse verteilen.

Übrigen Käse und Sonnenblumenkerne darüberstreuen. Im Backofen auf der mittleren Schiene, bei 170 Grad Ober- und Unterhitze etwa 20 Minuten backen.

Karottengratin aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen. Mit restlichem Kerbel bestreuen, in Stücke schneiden und servieren.

Martin Gehrlein am 14. März 2023