

Gulasch - Auflauf

Für 6 Portionen

1 kg Gulasch	4 Tomaten	1 Dose Bohnen, grün
1 Dose Erbsen und Möhren	1 Glas Spargel	2 Pck. Schmelzkäse
2 Becher Sahne	Pfeffer, Salz	Muskat, Fondor
Brühe, instant	100 g Schinken, gekocht	

Fleisch anbraten und in eine große Auflaufform geben.

Bohnen sowie Erbsen und Möhren abtropfen lassen und zu dem Fleisch geben. Spargel klein schneiden und alles gut durchmengen.

Den gekochten Schinken würfeln und in einer kleinen Pfanne anbraten und ebenfalls unter die anderen Zutaten mengen.

In einem Topf die 2 Becher Sahne leicht aufkochen lassen und beide Pakete Schmelzkäse darin zerlaufen lassen. Diese Soße mit Pfeffer, Salz, Muskat, Fondor oder Brühe abschmecken (Wem die Sahne zu kalorienreich ist, gibt einfach Milch und Brühe dazu).

Die fertige Soße über die anderen Zutaten gießen.

Die 4 Tomaten klein schneiden und fächerartig über den gesamten Auflauf legen. Wer mag kann noch etwas geriebenen Käse dazu geben.

Deckel auflegen und bei 220° Grad im Backofen (mittlere Schiene) ca. 1- 1 1/2 Stunden backen. Dazu passt Wildreis oder Kroketten und ein grüner Salat.

Tipp:

Alle Zutaten in einen mittleren Römertopf geben, der ist auf Grund seiner Größe wie geschaffen dafür.

NN am 04. April 2024