

Rezept November 2017

„Knollen-Schlemmerei“

Ackergemüse überbacken
herzhaft und wärmend - ideal an kalten Wintertagen

Zutaten für 1 Auflaufform ca. 25 x 20 cm:

300 g	Kartoffeln
200 g	Topinambur
200 g	Karotten (in verschiedenen Farben)
200 g	Pastinake
	Steinsalz
	Pfeffer, frisch aus der Mühle
2	Knoblauchzehen
1 TL	Butter
1 gestr. EL	Thymiannadeln, getrocknet
1 gestr. EL	Majoran, gerebelt, getrocknet
250 ml	Sahne
50 ml	Wasser
1 Becher	Schmand (200 g)
½ TL	Muskatnuss, frisch gerieben
1 geh. TL	Gemüsebrühepulver
50 g	geriebener Käse, z. B. Gouda



Zubereitung:

Den Backofen auf 200 Grad C Ober- und Unterhitze vorheizen.
Eine Auflaufform (ca. 20 x 25 cm) gut mit Butter ausfetten.

Das Gemüse mit der Gemüsebürste gut abscrubben und mit Schale in feine Scheiben schneiden (ca. 3 mm dick) und in eine große Schüssel geben. Gemüse etwas salzen, kräftig pfeffern, gut durchmengen und (unsortiert) in die Auflaufform füllen.

Die Knoblauchzehen fein schneiden und in einem kleinen Topf in etwas Butter andünsten.
Thymian und Majoran zugeben und kurz mit andünsten.
Sahne, Wasser und Schmand einrühren. Muskatnuss frisch in die Soße reiben und Gemüsebrühepulver zugeben. Soße mit dem Schneebesen glatt rühren.

Die Soße herzhaft abschmecken, ggf. noch etwas Salz und auch Pfeffer zugeben und über den Auflauf gießen. Backzeit: ca. 50 Minuten auf der 2. Schiene von unten.

Nach 20 Minuten die Auflaufform kurz aus dem Ofen nehmen, den geriebenen Käse überstreuen und fertig backen.

Quelle: Rezept des Monats - Ernährungs- & Gesundheitsberatung ~ Vollwertküche
<https://www.vollwertgenuss.de/rezept-des-monats>