

MAIRÜBCHEN-AUFLAUF



Zutaten:

1 Kartoffel
300g Möhren
500g Mairüben
3 El Butter
3 El Mehl
250ml Gemüsebrühe
250ml Milch
125g Gouda, frisch gerieben
Salz, Pfeffer
5 El Sonnenblumenkerne
Petersilie

Zubereitung:

Die Möhren, Mairüben und Kartoffel schälen, und in kleine Würfel schneiden. Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl unter rühren dazu geben und kurz anschwitzen. Die Brühe und die Milch hinzu gießen und 5 Minuten köcheln lassen. Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Petersilie waschen und klein hacken. Anschließend ungefähr 100g geriebenen Käse und die Petersilie zur Soße hinzufügen und umrühren. Kartoffeln, Möhren, Mairübchen und Sonnenblumenkerne in eine gefettete Auflaufform geben, die Soße darüber verteilen und den restlichen Käse darüber streuen. Den Auflauf nun im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 40 Minuten garen.