



Rezepte für KW 18-8

Broccoli-Möhren-Gratin

ca. 700 g Broccoli
ca. 400 g Möhren
500 g Kartoffeln
1 Bund Koriander
Butter für die Auflaufform
250 g Crème fraîche
200 ml Sahne
3 Knoblauchzehen
Kräutersalz
Pfeffer
500 ml Gemüsebrühe
1 EL Speisestärke
150 g Emmentaler

Broccoli putzen, waschen und in kleine Röschen teilen. Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Koriander waschen und fein hacken. Eine Auflaufform ausfetten, Broccoli und Möhren hineingeben und darüber die Kartoffelscheiben schichten.

Aus Crème fraîche, Sahne, Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, 1/2 Bund Koriander, Gemüsebrühe und Speisestärke (vorher in geringer Menge Wasser auflösen) eine Sauce kochen und über den Auflauf gießen.

Bei 170 °C ca. 50 Minuten im Backofen garen. Nach 30 Minuten geriebenen Emmentaler darüber geben. Restlichen Koriander über den fertigen Gratin streuen.



Süßkartoffeltaler

3-4 Süßkartoffeln
Olivenöl
Meersalz
Pfeffer
Rosmarin getr.

Die Süßkartoffeln schälen und in 2 cm dicken Scheiben schneiden. Ein kleines Blech großzügig mit Olivenöl fetten. Mit einem Pinsel die Taler von beiden Seiten mit Olivenöl einpinseln und mit Meersalz, Pfeffer und wenig Rosmarin würzen. Die Taler auf dem Blech 30 Minuten im Backofen garen.