



Möhren-Lauch Auflauf

Möhren mit Lauch in einer Joghurt-Eisauce mit Käse überbacken

- Vorbereitungszeit ca. 20 Minuten
- Backzeit ca. 45 Minuten



Werkzeug

- Messer, Brett
- Kochtopf
- Mixbecher, Schneebesen
- Auflaufform

Zutaten

- 500g Möhren
- 500g Porree
- 250g Käse gerieben zum Überbacken
- 4 Eier
- 500g Magenmilchjoghurt
- Zwiebeln, Knoblauch
- Weißwein
- Gemüsebrühe
- Pfeffer, Salz, Muskat

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch schneiden und im Topf anbraten. Wenn die Zwiebeln beginnen braun zu werden, mit etwas Weißwein ablöschen. Gemüsebrühe zugeben.

Möhren und Lauch putzen und schneiden und in den Topf zu den angeschmorten Zwiebeln geben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und für ca. 10 Minuten garen lassen. Damit es nicht anbrennt ein bisschen Wasser zugeben.

Joghurt in den Mixbecher schütten. Die Eier aufschlagen und dazu geben. Pfeffer, Salz und Muskat hineingeben und alles mit dem Schneebesen zu einer homogenen Creme vermischen. (Wem das zu aufwändig ist, der nehme einen Mixer dafür).

Gemüse mit einem Sieb oder einer Schaumkelle aus dem Topf schöpfen, abtropfen lassen und in die Auflaufform füllen. Die verbliebene Brühe entweder in ein Glas füllen und später als Suppe essen oder verwerfen.

Auf das Gemüse in der Auflaufform die Ei-Joghurtmasse gießen und schön verteilen. Den geriebenen Käse auf streuen und mit etwas Pfeffer würzen.

Für ca. 45 Minuten bei 150°C in den Backofen stellen. Wenn der Käse schön braun ist, sollte auch die Ei-Masse gestockt haben und das Gericht ist fertig zum Verzehr.

Dazu passt ein guter trockener Weißwein.

Guten Appetit!