

Überbackener Spitzkohl

Aufläufe » Aufläufe mit Schinken

Zutaten (4 Personen)

- » 500g Spitzkohl
- » Salz & Pfeffer
- » 200g Champignons
- » 1EL Butter/Margarine
- » 100g Lachsschinken
- » 300g Frischkäse (Doppelrahm)
- » 200g Schlagsahne
- » 1 Ei(er)
- » 2 Eigelb
- » 1 Bd. Schnittlauch
- » Petersilie

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Die äußeren Blätter vom Kohl entfernen. Kohl vierteln, den harten Strunk abschneiden. Kohl in kochendem Salzwasser ca. 10min vorgaren. Abtropfen lassen.

2. Champignons vierteln und im heißen Fett ca. 3min anbraten. Mit dem Kohl in eine flache Auflaufform geben.

3. Für die Soße Lachsschinken würfeln. Frischkäse, Sahne, Ei und Eigelb verrühren. Schinkenwürfel unterheben. Mit Salz und Pfeffer würzen, über das Gemüse gießen. Spitzkohl im vorgeheizten Ofen bei 175°C ca. 30min überbacken. Evtl. nach der Hälfte der Garzeit den Spitzkohl abdecken.

4. Schnittlauch in kleine Röllchen schneiden und vor dem Servieren über den Spitzkohl streuen. Nach Belieben mit Petersilie garnieren.

Dazu passen Petersilienkartoffeln.

Nährwerte: 450kcal/E23/F46g/KH7g pro Portion

angelegt am: 18.07.2003

Rezept-Nr: 470

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke