

Bunter Gemüse-Auflauf mit Senf-Béchamel

Aufläufe » Kartoffel-Aufläufe » Vegetarische Aufläufe

Zutaten (4 Personen)

- » 500g Möhre(n)
- » 500g Porree
- » 500g Steckrüben
- » 500g Kartoffel(n)
- » 1/2l Instant-Gemüse-Brühe
- » 1 Zwiebel(n)
- » 40g Butter/Margarine
- » 30g Mehl
- » 250ml Milch
- » 1-2 EL Senf
- » Salz & Pfeffer
- » 75g Gouda

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

1. Möhren und Porree in dicke Scheiben schneiden. Steckrübe zuerst in Spalten, dann in Scheiben schneiden. Kartoffeln schälen und längs vierteln. Brühe aufkochen. Kartoffeln, Möhren und Steckrübe darin zugedeckt ca. 15min garen. Nach ca. 10min Porree zufügen und mitkochen.

2. Gemüse abtropfen lassen, Brühe dabei auffangen und 300ml abmessen. Gemüse in einer großen, gefetteten Auflaufform verteilen. Zwiebel in feine Würfel schneiden. Fett in einem Topf erhitzen. Zwiebelwürfel darin goldbraun andünsten. Mehliterrühren und kurz anschwitzen.

3. Brühe und Milch unter Rühren zur Mehlschwitze gießen. Kurz aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 5min köcheln lassen. Dabei ab und zu umrühren.

4. Senf einrühren, mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Die Soße gleichmäßig über das Gemüse gießen und mit Käse bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 175°C ca. 30min goldbraun backen.

Nährwerte: 350kcal/E14g/F16g/KH39g pro Portion

angelegt am: 02.02.2005

Rezept-Nr: 1472

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