

# Zuckerschoten-Möhren-Auflauf

Vegetarischer Auflauf mit pikantem Käse

etwa 4 Portionen    gelingt leicht  bis 40 Minuten



## Zutaten:

### Zutaten:

500 g Zuckerschoten

Salz

800 g Möhren

4 Frühlingszwiebeln

1 Knoblauchzehe

3 EL Olivenöl

1 EL Zucker

frisch gemahlener Pfeffer

gemahlener Kurkuma

### Sahneguss:

125 g Gorgonzola

100 g Bergkäse Rahmstufe

200 g Schlagsahne

3 Eier (Größe M)

1 EL gehackte glatte Petersilie

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

## 1 Vorbereiten:

Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze etwa 180 °C**

**Heißluft etwa 160 °C**

**Garzeit: 0 Min.**

## 2 Zubereiten:

Zuckerschoten putzen, in kochendem Salzwasser etwa 2 Min. blanchieren, anschließend in Eiswasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Möhren schälen, schräg in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, in Ringe schneiden. Knoblauch abziehen, in sehr kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Möhren, Frühlingszwiebeln, Knoblauch und Zucker in den Topf geben, Zucker karamellisieren lassen. Gemüse mit Deckel bei mittlerer Hitze etwa 10 Min. dünsten. Zuckerschoten hinzufügen, das Gemüse mit den Gewürzen abschmecken.

## 3 Sahneguss:

Gorgonzola mit einer Gabel zerdrücken, Bergkäse reiben. Beide Käsesorten mit Sahne, Eiern und Petersilie verrühren, mit den Gewürzen abschmecken.



## Versuchsküche

### Rezepte und Tipps

- 4 Gemüse in eine Quiche- oder Auflaufform geben, Guss darübergießen.  
Die Form auf dem Rost in den Backofen schieben.

**Einschub: Mitte**

**Backzeit: etwa 25 Min.**

Tipps aus der Versuchsküche

- Dazu passt Baguette.

