

KOHLRABI-AUFLAUF

Für 4 Portionen

2-3 mittelgroße Kohlrabi, 400 g vorwiegend festkochende Kartoffeln, Salz, 2 süßsäuerliche Äpfel, 2 Eier, 150 ml Milch, Pfeffer, Muskat, 1 Pack. (200 g) Kochschinken (z. B. Küstengold), 3 EL Butter, 1 EL Walnüsse, 2-3 EL Semmelbrösel, glatte Petersilie zum Garnieren, Auflaufform (ca. 25 x 18 cm)

Kohlrabi und Kartoffeln schälen, vierteln, in dünne Scheiben schneiden. In kochendem Salzwasser 5-10 Min. vorkochen, abgießen, gut abtropfen lassen. Äpfel schälen, vierteln, entkernen, in dünne Scheiben schneiden. Eier und Milch verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Schinken in ca. 3 cm große Stücke schneiden, mit Kohlrabi-, Kartoffel- und Apfelscheiben in die mit 1 EL Butter gefettete Form schichten, Eimilch darübergießen. Im vorgeheizten

Ofen bei 200 °C (U: 180 °C/Stufe 4) auf der mittleren Schiene ca. 15 Min. backen. Nüsse hacken, mit Semmelbröseln in restlicher erhitzter Butter kurz rösten. Über den Auflauf streuen, weitere 15 Min. backen. Mit Petersilie garnieren.

Zubereitungszeit: 50 Min.

Schwierigkeitsgrad: leicht

Pro Portion: 379 kcal/1591 kJ

21 g E/36 g KH/14 g F

... MIT KOHLRABI

UND DAS KOMMT AUCH REIN ...

Der zarte Kochschinken kann gerne öfter in der warmen Küche zum Einsatz kommen! Er gibt unserem Auflauf das gewisse Extra. Aus unseren Märkten!

