Rezept

Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf

Blumenkohl-Brokkoli Auflauf
Zutaten für ca. 4 Portionen: Arbeitszeit: ca. 20 min
• 1 Blumenkohl
• 500g Brokkoli
• 3-4 Möhren
• 150g Aubergine
• 125g Mozzarella
• Parmesan, 1 Chilischote
• 4 Eier
• 200ml Milch
• Geriebener Gouda
• Salz und Pfeffer
• 2 EL Butter
• 1 Prise Muskat
• Kräuter (Basilikum, Oregano, Rosmarin)
• 150g gekochter Schinken

Den Blumenkohl waschen und in seine Röschen teilen. Den Brokkoli ebenfalls in seine Röschen teilen, die Möhren schälen und klein würfeln. (Tipp: Den Stiel vom Brokkoli nicht entsorgen sondern schälen und in ganz feine Streifen schneiden, kann mit den Röschen gegart werden)
Die Aubergine in Scheiben schneiden, diese dann vierteln und in einem Tiegel mit etwas Salz gut anschwitzen. Die Chilischote entkernen und fein hacken.
Das Gemüse in Salzwasser kochen bis es fast gar ist, es sollte in jedem Fall noch gut bissfest sein.
Für die Soße 1EL Butter mit der Milch und den vier Eigelb verquirlen, mit Salz, Pfeffer, einer Prise Muskat und Kräutern nach Belieben und Vorlieben würzen. Den gekochten Schinken (wer ihn mag) in kleine Streifen schneiden und mit in der Soße unterrühren. Das Eiweiß zu Schaum schlagen und vorsichtig unterheben.
Eine Auflaufform mit der übrigen Butter gut einfetten (evtl. mit etwas Semmelbrösel ausstreuen damit nichts haften bleibt) Das vorgegarte Gemüse mit der Aubergine und dem Chili vermengen, in die Form geben und den Mozzarella in klein gezupften Stücken mit untermischen. Die Soße dazugeben, so dass alles gut vermischt ist. Mit etwas Käse bestreuen und zum Abschluss etwas Parmesan, das gibt einen knusprigen Effekt.