

07. Hauptspeisen

Kürbis-Lauch-Auflauf [Nr.213]

Menge: für 4 Personen

Zutaten:

2 Stck.	Zwiebeln.
500 g	Lauch
800 g	Kürbis (Hokkaido oder Butternut)
60 g	Kürbiskerne
150 g	Bergkäse o. Emmentaler gerieben
2 Stck.	Ei
200 ml	Sahne
3 EL	Olivenöl
1 Pr.	Muskat
	Vollmeersalz oder Kräutersalz

**Zubereitung:**

-
1. Zwiebeln fein hacken und in Öl kurz andünsten.
 2. Lauchringe schneiden und hinzufügen.
 3. Kürbis würfeln, zu den Zwiebeln und dem Lauch geben und würzen.
 4. Bissfest dünsten.
 5. Die Hälfte der Kürbiskerne unter das Gemüse mischen.
 6. Alles in eine gebutterte Auflaufform geben.
 7. Käse mit den Eiern und der Sahne verquirlen, würzen und über den Auflauf gießen.
 8. Mit den restlichen Kürbiskernen bestreuen und bei 180-200 °C etwa 10 Minuten überbacken.