



Rezept der Woche
Mairübchenauflauf

500 g Kartoffeln, geschält	in Salzwasser für 10 Minuten köcheln und
2 Möhren, geschält	hinzufügen und für weitere 7 Minuten köcheln. Anschließend Kartoffeln und Möhren in dünne Scheiben schneiden und mit
3 Mairübchen, in Scheiben 1 Knoblauchzehe, gehackt 1 Zwiebel gehackt	in eine Schüssel geben. Mit
etwas Salz	würzen und vorsichtig durch Umrühren das Salz verteilen. In eine gefettete Auflaufform geben. Für den Guss
4 Eier 250 ml Sahne 120 g würziger Käse, gerieben etwas Salz und Pfeffer etwas Thymian	miteinander verrühren und über das Gemüse in die Auflaufform geben. Noch etwas Käse über den Auflauf streuen und bei 200 Grad für etwa 30 Minuten backen. Nach dem Backen mit
einer Handvoll Schnittlauch-Röllchen	bestreuen und servieren.

Das ist ein gutes Alltags-Essen, das auch Kindern gut schmeckt.

Guten Appetit!

KraftFeld Gartengemüse - Görbelheimer Mühle 1 - 61169 Friedberg
Tel. 0163 6374165 - hallo@kraftfeld-gartengemuese.de - www.kraftfeld-gartengemuese.de

