



Leckerer Kartoffelaufbau mit Bergkäse & Parmesan



Zutaten

Menge

1 gehäufte EL	Mehl
	Muskatnuss
80 g	Parmesankäse, gerieben
1/2	unbehandelte Zitrone
	Chiliflocken
2	Knoblauchzehen
100 g	TK-Erbesen
	Salz
200 ml	Sahne
120 g	Bergkäse
1 großer EL	Butter
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
200 ml	Vollmilch
500 g	Kartoffeln, vorwiegend festkochend
250 g	Lachsfilet
1/2	Brokkoli

Rezeptinfo

Zutaten für 6 Portionen

Zubereitungszeit: 35 Min. + 25 Min. Backzeit

pro Portion: 1889 kJ, 451 kcal, 24,4 g Kohlenhydrate, 24,3 g Eiweiß, 29,6 g Fett, 87,5 mg Cholesterin, 2,94 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

Zubereitung

Manchmal hat man doch einfach richtig Lust auf einen leckeren Auflauf, geht's dir auch so? Dann solltest du unbedingt unseren mega leckeren Kartoffel-Lachs-Auflauf mit Brokkoli ausprobieren! Für den Auflauf werden gekochte Kartoffeln, Brokkoliröschen, Erbsen und Lachs in eine Auflaufform gegeben und alles wird mit einer Soße aus Butter, Mehl, Milch, Sahne und Gewürzen übergossen. Käse darf natürlich auch nicht fehlen und wir haben uns für eine extra Portion geriebenen Bergkäse und Parmesan für unseren Kartoffelaufbau entschieden. Der Kartoffel-Lachs-Auflauf schmeckt nach dem Überbacken wirklich mega lecker und ist richtig einfach zubereitet! Probier's unbedingt auch mal aus, so geht's:

Step 1:

Zuerst kochst du die Kartoffeln ungeschält in Salzwasser fast ganz gar. Die Kartoffeln anschließend etwas abgießen und etwas abkühlen lassen. Dann kannst du die Kartoffeln pellen und in Würfel schneiden. Den Brokkoli teilst du in kleine Röschen.

Step 2:

Beide Käsesorten reiben. Die Butter gibst du in einen Topf und lässt sie mit dem Mehl kurz schmelzen. Dann die Milch und die Sahne unter Rühren dazugeben. Alles für ca. 7 Minuten köcheln lassen und mit geriebenem Knoblauch, Salz, Pfeffer, Muskat, Chili, Zitronensaft und -abrieb würzen.

Step 3:

Den Lachs schneidest du in Würfel und gibst ihn zusammen mit den Brokkoliröschen, den Kartoffeln, den Erbsen und der Soße in eine Auflaufform. Mit beiden Käsesorten bestreuen und im heißen Ofen ca. 25 Minuten lang backen.