

Schneller Kürbisauflauf

Unsere Sortenempfehlung : Long Island Cheese

2-3 EL Olivenöl extra nativ
1 mittelgrosse Zwiebel
2 Knoblauchzehen
800 g Kürbisfleisch
2 EL fein gehackte Kräuter(z. B. Thymian, Petersilie, Majoran)
3 dl Rahm
2 Bioeier
3-4 EL geriebener Käse
Meersalz
Pfeffer aus der Mühle
Muskatnuss.



Zubereitung :

Die Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen und sehr fein hacken. Das Kürbisfleisch klein würfeln. Zwiebeln und Knoblauch im Olivenöl andünsten, Kürbiswürfelchen und Kräuter dazugeben und kurz mitdünsten, den Rahm angiesen, bei kleiner Hitze 4 bis 6 Minuten köcheln lassen, je nach Grosse der Kürbiswürfel. In eine geölte Gratinform verteilen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Eier verquirlen, den Käse unterrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Über die Kürbiswürfel verteilen. Den Kürbisauflauf im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad rund 25 Minuten backen.

Variante : Vor dem Backen Rosmarinnadeln über den Auflauf streuen oder einen ganzen Zweig darauf legen. Nach Belieben schwarze Oliven darüber streuen und mitbacken.