



Blumenkohl-Broccoli-Auflauf



Zutaten für 4 Personen:

- 1 Blumenkohl (ca. 750 g)
- 750 g Broccoli
- Salz, weißer Pfeffer
- 400 ml Milch
- 100 g Schlagsahne
- 6 Eier
- geriebene Muskatnuß
- Fett für die Form
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 6 mittelgroße Tomaten
- 1 EL (10 g) Butter/ Margarine

1. Gemüse putzen, waschen und in Röschen teilen. Blumenkohl zugedeckt in wenig Salzwasser ca. 10 Minuten dünsten. Broccoli nach 5 Minuten zufügen. Abtropfen lassen. **2.** Milch, Sahne und Eier verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Eine Auflaufform fetten. Gemüse hineinfüllen. Eiermilch darübergießen. Fettpfanne des Backofens mit Wasser füllen. Form hineinsetzen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C / Umluft: 180 °C / Gas: Stufe 3) ca. 45 Minuten stocken lassen. **3.** Zwiebeln schälen und würfeln. Tomaten putzen, waschen und würfeln. Zwiebeln im Fett andünsten. Tomaten zufügen. Ca. 5 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. **4.** Form herausnehmen, 5 Minuten ruhenlassen. Mit den Tomaten anrichten. Getränk: Mineralwasser.