

Lauch - Kartoffel Auflauf mit Schweinemett



- **Gang:**Abendessen
- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Perfekt, für jeden Tag und wenn wieder einmal keine Zeit ist, um lange in der Küche zu stehen. An kalten Tagen schmeckt der Kartoffelaufbau besonders gut und ist auch noch sehr gesund. Enthält viel Kalium, Calcium, Phosphor und Vitamine aus der B - Gruppe, Vitamin C und E und regt die Verdauung an.

Beim Einkauf immer knapp doppelt soviel Lauch kaufen als im Rezept angegeben ist, denn beim Zubereiten fallen gut 40 % Abfall an.

Leicht zuzubereiten, schmeckt der ganzen Familie!

Zutaten

- 350 g Schweinemett, zerbröselt
- 500 g Kartoffeln, in 2 cm großen Würfeln

- 400 g Lauch, geputzt, gewaschen, in 1 cm dicken Stücken
- 120 g geriebener Gouda, Emmentaler oder Pizzakäse
- 2 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 1 - 2 El Butter
- 400 ml Milch
- 1 - 2 El Mehl 405, gesiebt
- Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle, etwas geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Die Kartoffelwürfel kurz 5 min. ankochen, angießen. Die Zwiebelwürfel 1 Zwiebel in der Butter glasig anschwitzen und das Mehl darüber stäuben, etwas „schwitzen“ lassen und mit der Milch aufgießen, „klümpchenfrei“ verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und etwa 2/3 des Reibkäses dazu geben, 6 - 8 min. leise köcheln lassen.

Schritt2

Den Backofen auf 180 ° C Umluft vorheizen, eine ausreichend große Auflaufform mit Butter ausfetten.

Schritt3

Das Schweinemett in einer Stielpfanne (ev. in 2 Durchgängen) krümelig - scharf anbraten und die Zwiebelwürfel dazu geben und mit Lauch 2 - 3 min. schmoren.

Schritt4

Abwechselnd mit den blanchierten Kartoffelwürfeln in die Auflaufform schichten und mit dem restlichen Reibkäse bestreuen. Einige Butterflöckchen darüber verteilen, ca. 25 min. auf die mittlere Schiene des Backofens stellen.

Rezeptart: Fleischgerichte, Gemüsegerichte, Hackfleischgerichte, Kleine Gerichte, Schweinefleisch

Zutaten: Butter, Kartoffel, Käse, Knoblauch, Lauch, Mehl, Milch, Schweinemett, zwiebel

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lauch-kartoffel-auflauf-mit-schweinemett-2/>