

„Tag der gesunden Ernährung“

Vegetarischer Kartoffelauflauf



Vorbereiten

- ☐ Rezept lesen, Backofen auf 200°C vorheizen
- ☐ Alle Zutaten und Kochutensilien bereitlegen
- ☐ Alle Zutaten nach den Anweisungen vorbereiten

Zutaten

- 1 kg Kartoffeln
- 1 kg Möhren
- 1 Zwiebel
- 250 ml Milch
- 4 Eier
- 200 g Käse (gerieben oder in Scheiben)
- 1 TL Kräutersalz
- Salz, Pfeffer

Küchenutensilien

- ☐ Schneidebrett
- ☐ Messer
- ☐ große Auflaufform
- ☐ Schneebesens
- ☐ Messbecher

Zubereitung

- ☐ Kartoffeln, Möhren und Zwiebel waschen, schälen und in schmale Scheiben schneiden.
- ☐ Gemüsescheiben in die Auflaufform legen.
- ☐ Eier schaumig schlagen und unter die Milch geben und mit Salz, Pfeffer und beliebigen Kräutern würzen.
- ☐ Anschließend die Milch mit dem verrührten Ei gleichmäßig über die Kartoffeln und Möhren geben.
- ☐ Den Kartoffelauflauf mit Käsescheiben oder geriebenen Käse belegen.
- ☐ Backe den Kartoffelauflauf bei 200 Grad Ober-/Unterhitze im Backofen für ca. 60 Minuten.

Ein Rezept der Klasse 8d

Graf-Ludwig-Gemeinschaftsschule im Warndt
Hohlstr. 35
66333 Völklingen- Ludweiler