

Rezept

Orientalisches Gemüsegratin

Ein Rezept von Orientalisches Gemüsegratin, am 18.07.2024

Zutaten

1 TL Bockshornkleesamen	1 TL Kreuzkümmelsamen
500 g Möhren	500 g Kartoffeln
1 Stange Lauch	2 Eier
¼ l Milch	Salz
Pfeffer	150 g geriebener Gruyèrekäse
Butter für die Form	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Quicheform (24 cm Ø; 4 Portionen) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Form fetten. Die Gewürzsamen in einer trockenen Pfanne leicht rösten, beiseitestellen. Möhren und Kartoffeln waschen, schälen und in ½ cm dicke Scheiben hobeln, am besten mit der Küchenmaschine. Lauch waschen, Wurzeln und welke Blattenden abschneiden. Die Stange längs aufschlitzen, waschen und in Ringe schneiden. Gemüse in die Form schichten.
2. Die Eier mit Milch, den gerösteten Samen, Salz, Pfeffer und Käse verquirlen und auf dem Gemüse verteilen. Das Gratin im Ofen (unten, Umluft 180°) ca. 50 Min. backen. Gegen Ende der Backzeit mit Alufolie abdecken.