Porree-Ananas-Auflauf

Autor des Rezepts: aus meiner Sammlung

Keine Beschreibung vorhanden

Zutaten

2 Stangen Porree (Lauch)
Salz
1 Dose (446 ml) Ananas in Scheiben
4 EL Butter oder Margarine
75 g Frühstücksspeck
400 g Kartoffeln
3 Stiele Thymian
75 g Gouda-Käse
Cayennepfeffer
2 Zwiebeln
1 Bund Petersilie
2 EL Mehl
300 ml klare Brühe (instant)
200 g Schlagsahne
weißer Pfeffer
2-3 EL grobkörniger Senf
frische Kräuter zum Garnieren

Zubereitungsanweisung

1. Den Porree putzen, waschen und in Ringe schneiden. In kochendem Salzwasser ungefähr 8 Minuten blanchieren. Auf einem Sieb abtropfen lassen.

2. Inzwischen Ananas abtropfen lassen. In 1 EL heißem Fett von jeder Seite ca. 5 Minuten braten. Speckscheiben halbieren. Porree, Ananas und Speck in eine Auflaufform geben.

3. Kartoffeln schälen und grob reiben. Thymian waschen, die Blättchen von den Stielen zupfen. Käse fein reiben. Alles mischen. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Auf dem Auflauf verteilen und im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Um-luft: 175°C/Gasherd: Stufe 3) ungefähr 20 Minuten backen.

4. Zwiebeln schälen, fein würfeln. Petersilie waschen, hacken. Zwiebeln im restlichen Fett andünsten. Mehl zufügen und an-schwitzen. Mit Brühe und Sahne unter Rühren ablöschen, aufkochen lassen. Petersilie unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Senf würzen. Auflauf mit Kräutern garnieren. Sauce dazu servieren.

Zubereitungszeit ca 50 Min. pro Portion ca 640 kcal, 2680 kJoule

Anmerkungen

Keine Beschreibung vorhanden

Zubereitungszeit	45 Min	**Schwierigkeitsgrad**	normal
Portionen	vier Portionen	**Sonstige Menge**	
Land/Region	Deutschland	**Kosten pro Portion**	
Vegetarisches Gericht	Nein	**Laktose frei**	Nein
Diabetisch	Nein	**Gluten frei**	Nein
Kilo-Kalorien	640	**Kilojoule**	2680
Fettgehalt		**Broteinheiten**	
Eiweiß		**Kohlehydrate**	