

apoday® Rezepte

Hauptmahlzeit

Kartoffel-Lauch-Gratin

200 g vorgekochte Kartoffeln
1 Stück Lauch, ca. 50 g, geputzt und gewaschen,
und ca. 10 Minuten gekocht
50 g Schmand
2 EL Milch
Meersalz
Pfeffer
Muskat
20 g Reibekäse (30 % F. i. Tr.)

Kartoffeln in Scheiben schneiden, in eine gefettete Form legen. Den vorgekochten Lauch längs halbieren und die Hälften in mundgerechte Stücke schneiden, auf die Kartoffeln legen. Schmand mit Milch verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und die Masse über die Kartoffeln gießen. Mit Reibekäse bestreuen. Bei 220°C im vorgeheizten Backofen 10-15 Minuten überbacken.

360 kcal (1506 kJ), 13,6 g Eiweiß, 16,7 g Fett,
37,5 g Kohlenhydrate