

Überbackenes Gemüse

Rezept für 1 Portionen
Dauer: ca. 20 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Vollmilch	¼ Liter
Kartoffeln / Erdäpfel	3 Stk.
Karotten / Möhren	2 Stk.
Maiskörner	Etwas / nach Bedarf
Erbsen	Etwas / nach Bedarf
Butter	Etwas / nach Bedarf
Weizenmehl (glatt)	2 EL (Esslöffel)
Käse	Etwas / nach Bedarf

Zubereitung:

Kartoffeln kochen, Gemüse dünsten (Menge je nach Hunger), Kartoffeln schälen und vierteln

Bechamèl-Sauce bereiten: Mehl in Butter leicht anrösten, mit Milch aufgießen, gut verrühren, würzen

Kartoffeln und Gemüse in Backform geben, würzen, Sauce drüberleeren, mit Käse bestreuen

ca. 10 min backen (200°, Ober-Unterhitze)

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-280-Ueberbackenes-Gemuese.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at