

Kochen mit Klaus

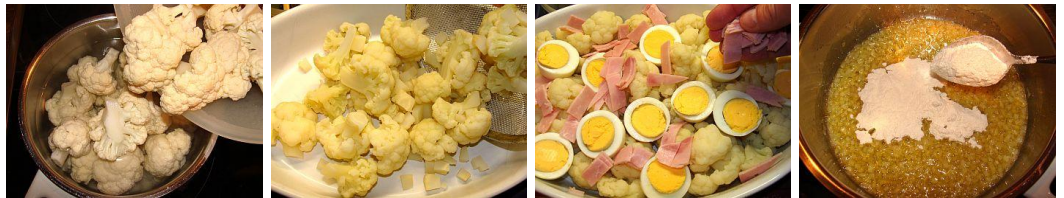
Eier-Blumenkohlaufauf mit Schinken

Zutaten: (Für 3-4 Personen)

- 150 g gekochter Schinken, 1 kleiner Blumenkohl, 1 Zwiebel, Pfeffer,
- 6 hart gekochte Eier, 30 g Butter, 30 g Mehl, 400 ml Milch, Muskat,
- Salz, Cayennepfeffer, 2 TK-EL Schnittlauch, 100 g gerieb. Parmesan

Zubereitung:

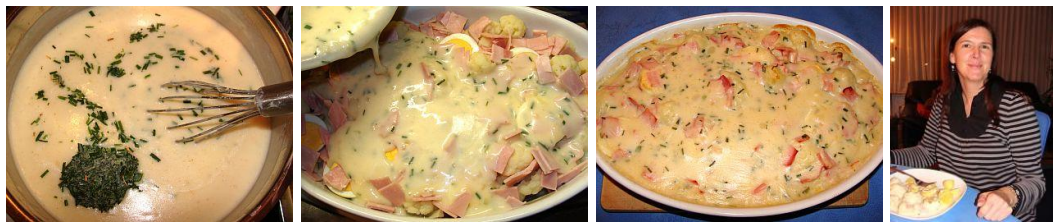
1. Blumenkohl putzen, in Röschen teilen, Strunk schälen u. klein würfeln. Zuerst die Würfel in kochendem Salzwasser 5 Min. blanchieren, dann die Röschen weitere 5 Min., abgießen, Sud dabei auffangen. Zwiebel fein würfeln. Schinken in Streifen schneiden. Eier pellen, halbieren u. mit Blumenkohl in eine Auflaufform geben. Den Schinken darauf verteilen.



2. Zwiebeln in Butter glasig dünsten, Mehl einrühren u. anschwitzen, mit ca. 500 ml Sud u. Milch nach u. nach unter Rühren zu einer sämigen Béchamel köcheln. Parmesan unterheben, evtl. noch mit Milch verlängern. Mit Salz, Pfeffer, Muskat u. Cayennepfeffer würzen. Mit Schnittlauch verfeinern, alles über den Auflauf gießen.



3. Auflauf im vorgeh. Backofen bei 175°C Umluft ca. 25 Min. backen.



Tipp des Chaoten: Dazu Salzkartoffeln servieren!



Erstellt von Klaus am 19.11.2012