

Kochen mit Klaus

Griechischer Blumenkohl-Hackauflauf

Zutaten: (Für 4-5 Personen)

- 1 kl. Blumenkohl, 300 g Rinderhack, Pfeffer, Salz, 150 g Feta,
- 2 Zwiebeln, 3 Knobizehen, 3 EL Tomatenmark, 1 l passierte Tomaten,
- Petersilie, Schnittlauch, 2 EL griech. Kräutermischung, Olivenöl,
- 250 ml Cremefine, Majoran, Rosmarin, Basilikum, Oregano,
- 150 g geriebener Bergkäse

Zubereitung:

1. Kohl putzen, mit Strunk nach unten in kochendem Salzwasser ca. 6 Min. kochen, herausnehmen u. Strunk vorsichtig aus- u. kleinschneiden. Blumenkohl in Röschen teilen u. mit den Strunkstücken in eine große Auflaufform legen. Feta klein, Zwiebeln u. Knobi fein würfeln.



2. Hack in heißem Öl krümelig braten, ½ Zwiebeln u. ½ Knobi, mitbraten. Mit Salz, Pfeffer u. Kräutern pikant würzen u. alles mit dem Feta über dem Blumenkohl verteilen.



3. Rest Zwiebeln u. Knobi in Öl glasig dünsten. Tomatenmark einige Min. mitrösten, mit passierten Tomaten u. Cremefine ablöschen u. unter Rühren sämig kochen. Mit Salz u. Pfeffer würzen, Kräuter einrühren. Sauce in die Auflaufform gießen, Käse über den Auflauf streuen u. 45 Min. bei 200°C auf der mittleren Schiene überbacken.



Tipp des Chaoten: Dazu Kritheraki-Nudeln genießen. Lecker!

