

Bärenstark gekocht



Kartoffel-Spinat-Auflauf mit Käse

(4 Portionen)

Zutaten

1 kg Kartoffeln, vorwiegend festkochend
 500 g Blattspinat (TK)
 2 große Tomaten, dünne Spalten
 200 g Feta-Käse, zerkrümelt
 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
 350 ml Milch / 350 ml Sahne
 Margarine o. Butter z. Einfetten d. Form
 2 TL Salz, 1 kräftige Priesse Muskat
 Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung

1. Ofen auf 180°C vorheizen.
2. Geschälte Kartoffeln in sehr dünne Scheiben hobeln oder schneiden.
3. Den aufgetauten und gut ausgedrückten Blattspinat mit den Kartoffeln vermengen und zusammen mit den Tomaten-Spalten schichtweise in eine gefettete große Auflaufform geben (bis zum Rand sollten noch mindestens 2 cm Platz sein).
4. Milch und Sahne vermischen, das Salz, den Pfeffer, die geriebene Muskatnuss und den Knoblauch dazugeben (die Mischung muss sehr kräftig, überwürzt schmecken). Sahne-Milch-Mischung nach und nach langsam und gleichmäßig in die Auflaufform geben, sodass die Kartoffeln fast vollständig bedeckt sind.
5. Auflauf in den heißen Ofen stellen und nach ca. 40–50 Minuten den gebröselten Feta auf den Auflauf geben. Ca. weiter 10 Minuten backen, bis der Auflauf goldbraun und knusprig ist und die Kartoffelscheiben komplett durchgegart sind.

Gutes Gelingen wünscht 40 SECONDS Kids
 Gesundes Schulessen für Berlin



Eine Initiative von:



Mehr Rezepte unter:

www.40seconds.de/kids/rezepte

www.radioteddy.de/40seconds