

Kürbisauflauf mit Basilikum

Feiner Herbstgruß aus dem Backofen



Portionen
4



Zubereitungszeit
60 Minuten



Schwierigkeitsgrad
Einfach

ZUTATEN

- 800 g Muskatkürbis
- 300 g Zucchini
- 1 Topf Basilikum
- 8 getrocknete Tomaten in Öl (ca. 75 g)
- 2,5 Packungen Hochland Sandwich Scheiben mit Emmentaler
- 1 EL Butter
- 175 ml Milch
- 175 g Sahne
- 3 Eier
- Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Paprikapulver
- 1-2 EL Kürbiskerne

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft 160 Grad). Den Kürbis halbieren, die Kerne mit einem Löffel heraus schaben. Den Kürbis schälen und in dünne Scheiben schneiden. Zucchini waschen, die Enden abschneiden, längs in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Basilikum waschen, trockenschütteln und zupfen. Tomaten in Streifen schneiden.
2. Die Hochland Sandwich Scheiben in 2 cm große Quadrate schneiden. Eine ofenfeste Form mit Butter ausstreichen. Kürbis, Zucchini und Basilikum mit dem Käse in die Form schichten, dabei 3 EL Käse aufheben.
3. Milch, Sahne und Eier in eine Schüssel geben und gut mit einander verquirlen. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Paprikapulver würzen und über die Kürbis-Mischung gießen. Mit restlichem Käse bestreuen. Im Backofen ca. 45 Minuten backen.
4. Etwa 3 Minuten bevor der Auflauf fertig ist, mit Kürbiskernen bestreuen, fertig backen. Kürbis-Auflauf aus dem Ofen nehmen und heiß servieren.

Tipp

Dazu passt ein winterlicher Blattsalat mit Apfel und Minze oder Radicchio-Salat mit Orange.



Eine Portion enthält im Durchschnitt

Brennwert: 2903 kJ (696,1 kcal)

Kohlenhydrate: 21,4 g

Fett: 53,2 g

Eiweiß: 31,5 g