

# Spargelauflauf



Warum den Spargel nicht einmal anders verwerten und der Sauce Hollandaise ein gottbefohlen wünschen?

Hier einmal eine Idee für einen Auflauf mit den etwas würzigeren grünen Spargel.

## Zutaten

- 500g Hackfleisch
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1/2 Blumenkohl
- 500g grüner Spargel
- 5-6 Kartoffeln
- 1 Becher Sahne
- 1 Ei
- Salz Pfeffer, geschnittener Knoblauch und Muskat
- eine Hand voll Schnittlauch und Thymian
- ca. 300g geriebenen Emmentaler Käse

## Zubereitung

Das Hackfleisch krümelig anbraten, würzen.

Den Spargel in kleine Stücke schneiden und dazugeben.

Ein paar Minuten später die in Ringe geschnittenen Frühlingszwiebeln mitschmoren.

Die Kartoffeln und den Blumenkohl vorher gar kochen.

Alles in die Auflaufform füllen.

Die Sahne mit dem Ei und dem Muskat verrühren und über den Auflauf gießen.

Mit den Käse bestreuen und ab in den Ofen bei 180 Grad ca 30 Minuten backen.

Schwierigkeit



sehr leicht

- [Twitter](#)
- [Facebook](#)
- [LinkedIn](#)
- [Xing](#)
- [Reddit](#)
- [Tumblr](#)
- [Pinterest](#)
- [Email](#)

[Kochrezepte, Hauptgerichte, Auflauf, grüner Spargel, Hackfleisch, Frühlingszwiebeln, Blumenkohl, Kartoffeln, Sahne, Eier, Knoblauch, Muskat, Schnittlauch, Thymian, geriebener Käse, Emmentaler]

From:

<https://kochen.dieckmann.cloud/> - Rund ums Kochen und Backen



Permanent link:

<https://kochen.dieckmann.cloud/kochrezepte/hauptgerichte/spargelauflauf>



Last update: **11.11.2023 20:15**