

Grünkohlaufauf bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

1 kg Grünkohl, 0,5 mittelgroße Zwiebel, 0,25 l Gemüsebrühe, 1 Teelöffel Salz, Pfeffer, Senf, 40 gr Weizenvollkornmehl, 1 Esslöffel Butter, 1 Zehe Knoblauch, 500 gr Tomaten, 1 Teelöffel Oregano, 30 gr Butter, 0,25 l Milch.

Die Vorbereitungen:

Den Grünkohl (etwas kleingeschnitten) mit der gewürfelten Zwiebel und Gemüsebrühe ca. 30 Min. garen. Mit den Gewürzen abschmecken. Gewürfelte Zwiebel und gepresste Knoblauchzehe in Fett andünsten, kleingeschnittene Tomaten zufügen und ca. 10 Min. garen. Abschmecken. Die gewürfelte Zwiebel in Fett kurz andünsten, Mehl dazu geben. Unter ständigem Rühren durchdünsten, nach und nach die Flüssigkeit unter Rühren dazu geben bis die Masse glatt ist, aufkochen lassen, abschmecken.

Die Zubereitung:

In eine gefettete Auflaufform zuerst eine Schicht Grünkohl, dann eine Schicht Tomaten und eine Schicht Sosse geben, darauf die Hälfte des geriebenen Käses streuen.

Wieder eine Schicht Grünkohl, Tomaten und Sosse einfüllen. Zum Schluss mit dem restlichen Käse bestreuen.

Bei 175 - 200 ° 30 Minuten im Backofen fertigbaren.