

Rezept

Schneller Gemüseauflauf

Ein Rezept von Schneller Gemüseauflauf, am 23.04.2024

Zutaten

1 kg gemischtes TK-Gemüse	400 g Fleischkäse oder Lyoner
400 g milder Feta	3/4 l Milch
10 Eier	Salz
schwarzer Pfeffer	1 Päckchen gemischte TK-Kräuter, z.B. »Italienische Art«

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Das gefrorene Gemüse in eine breite Auflaufform geben. Den Fleischkäse und den Feta 1-2 cm groß würfeln und dazugeben, alles mischen.

2. Die Milch mit den Eiern verquirlen, mit Salz, Pfeffer und den Kräutern würzen und in die Form gießen. Den Auflauf im Backofen (Mitte, Umluft 180°) 1 Std. backen. Eventuell mit Alufolie abdecken, wenn die Oberfläche zu dunkel wird. (Wenn das Gemüse aufgetaut in die Form kommt, reichen 50 Min. als Garzeit.)