Rezept

Gorgonzola-Zanderauflauf

Ein Rezept von Gorgonzola-Zanderauflauf, am 01.06.2025

Zutaten

350 g	Kartoffeln
400 g	Zanderfilet
350 g	Hokkaido-Kürbis
400 g	Blattspinat
100 ml	Gemüsebrühe
2 TL	Mehl
50 g	Sahne
1	Schuss trockener Weißwein
2 EL	frisch geriebener Parmesan
	Salz
3 EL	Zitronensaft
2	Knoblauchzehen
40 g	Butter
1 TL	getrockneter Thymian
100 ml	Milch
80 g	Gorgonzola
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 800 kcal

Zubereitung

1. Kartoffeln in Salzwasser in 20-25 Min. gar kochen. Das Fischfilet waschen, trockentupfen und in mundgerechte Stücke schneiden, mit 2 EL Zitronensaft beträufeln und salzen. Den Kürbis waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden; in leicht gesalzenem Wasser 5-6 Min. garen. Knoblauch schälen, fein würfeln.

2. Den Spinat waschen, trockenschleudern. Knoblauch in 20 g zerlassener Butter glasig braten. Spinat darin unter Rühren andünsten, mit Gemüsebrühe ablöschen. Spinat zusammenfallen und in einem Sieb abtropfen lassen. Mit Salz und Zitronensaft würzen. Die Kartoffeln schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Den Backofen auf 200° vorheizen.

3. Die restliche Butter zerlassen. Thymian und Mehl unter Rühren hellbraun anschwitzen. Milch nach und nach einrühren, dicklich einkochen lassen, Sahne, Käse und Wein zugeben. Aufkochen lassen, salzen und pfeffern. Alle vorbereiteten Zutaten in einer gefetteten Auflaufform mischen, mit Parmesan bestreuen. Im Ofen (Mitte, Umluft 180°) 20-25 Min. backen.