

Rezept

Kartoffel-Rosenkohl-Auflauf mit Huhn

Ein Rezept von Kartoffel-Rosenkohl-Auflauf mit Huhn, am 28.04.2024

Zutaten

| | |
|--|-----------------------------------|
| 600 g Kartoffeln (vorwiegend festkochend) | Salz |
| 500 g Rosenkohl | 400 g Hähnchenbrustfilet |
| 1 TL Rapsöl | 1 1/2 EL gemahlene Kurkuma |
| Pfeffer | 200 g saure Sahne |
| 200 g Sahne | frisch geriebene Muskatnuss |
| 150 g Emmentaler | |

Außerdem:

- 1** Auflaufform

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 665 kcal, 41 g F, 433 g EW, 29 g KH

Zubereitung

- 1.** Kartoffeln schälen, klein würfeln und in Salzwasser zugedeckt bei kleiner Hitze 10 Min. köcheln lassen. Rosenkohl putzen und ebenfalls in Salzwasser zugedeckt bei kleiner Hitze 5 Min. köcheln lassen. Kartoffeln und Rosenkohl abgießen und abtropfen lassen.
- 2.** Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in 3-4 cm große Würfel schneiden. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und Fleisch 5-6 Min. rundherum anbraten. Mit 1/2 EL Kurkuma, Salz und Pfeffer würzen.
- 3.** Backofen auf 200° vorheizen. Saure Sahne, Sahne und restliche Kurkuma verrühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.
- 4.** Kartoffeln, Rosenkohl und Hähnchen in der Auflaufform verteilen. Die Sahnemischung darüber verteilen. Emmentaler reiben und darüberstreuen. Auflauf im Backofen auf der mittleren Schiene in 20 Min. goldbraun backen.