

Rezept

Kleine Lauch-Gratins

Ein Rezept von Kleine Lauch-Gratins, am 17.04.2024

Zutaten

Salz	4	kurze, dicke Stangen Lauch (am besten ohne dunkelgrünen Teil; à 130-140 g)
100 g Sahne	1 EL	körniger Senf
frisch gemahlene Muskatnuss	100 g	Comté (Käse)

Außerdem:

- | | |
|--------------------------------------------|-------------------------|
| 4 flache ofenfeste Förmchen mit 11-12 cm Ø | Butter für die Förmchen |
|--------------------------------------------|-------------------------|

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 215 kcal, 17 g F, 11 g EW, 5 g KH

Zubereitung

1. Reichlich Wasser aufkochen und salzen. Inzwischen die Lauchstangen putzen und in ca. 2 cm breite Stücke schneiden. Die Stücke in einem Sieb gründlich waschen. Sie sollen kompakt bleiben, nicht in einzelne Ringe zerfallen.
2. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Förmchen mit Butter austreichen. Die Lauchstücke im kochenden Salzwasser 3-4 Min. blanchieren, in das Sieb abgießen, eiskalt abschrecken und abtropfen lassen. Anschließend den Lauch »stehend« in die gebutterten Förmchen geben.
3. Sahne und Senf mit Salz und Muskat verrühren. Den Käse dazureiben. Die Käsemischung über den Lauch in den Förmchen geben.
4. Die Lauch-Gratins im heißen Backofen (Mitte) ca. 20 Min. überbacken und leicht bräunen lassen. Aus dem Ofen nehmen und servieren.