

## Rezept

# Mediterraner Grünkohl-Kartoffel-Auflauf

Ein Rezept von Mediterraner Grünkohl-Kartoffel-Auflauf, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>1 kg</b> Kartoffeln	<b>300 g</b> TK-Grünkohl
<b>50 ml</b> Brühe	<b>2</b> Knoblauchzehen
<b>150 g</b> Feta	<b>100 g</b> Sahne
<b>1 EL</b> Senf	<b>2 EL</b> Sherry medium (nach Belieben)
<b>2 TL</b> Thymian	Salz
Pfeffer	<b>2</b> Eier (Größe M)
<b>150 g</b> getrocknete Tomaten (in Öl)	<b>40 g</b> Parmesan

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min  
**Pro Portion** Ca. 530 kcal

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln in der Schale in Wasser in ca. 25 Min. gar kochen. Inzwischen den Grünkohl mit Brühe in einem Topf bei kleiner Hitze auftauen. Den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Feta zerbröseln. Beides zum Grünkohl geben. Sahne, Senf, Sherry und Thymian zufügen und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Abschließend die Eier unterrühren.
2. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Kartoffeln abgießen, pellen und in Scheiben schneiden. Die Tomaten etwas abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Mit den Kartoffeln in eine Auflaufform geben. Den Grünkohl darübergerben und alles leicht durchmischen. Den Auflauf im heißen Ofen (Mitte, Umluft 180°) 25 Min. backen. Den Parmesan reiben, darüberstreuen und den Auflauf weitere 15-20 Min. backen, bis die Oberfläche leicht gebräunt ist.