Überbackener Spinat-Käse-Auflauf

Ein überbackener Spinat-Käse Auflauf ist glutenfrei und wird auch von Kindern gern gegessen. Das Rezept ist ideal für Käse Fans und eignet sich hervorragend als Beilage.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 25 min

Ruhezeit: 5 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

300 g	Spinat
500 g	Käse
2 Stk.	Eier (geschlagen)
50 ml	Schlagobers
Nach Belieben	Butter (zum Einfetten)

Zubereitung

1. Für den überbackenen Spinat-Käse Auflauf zuerst den Backofen auf 200°C vorheizen. Die kleinen Back- bzw. Auflaufförmchen ausfetten und zur Seite stellen.

2. In einem kleinen Topf auf ganz kleiner Hitze Schlagobers warm werden lassen. Dann den Käse dazugeben und diesen unter ständigem Rühren schmelzen. Danach vom Herd nehmen und circa 3 Minuten abkühlen lassen.

3. In einem weiteren Topf den Spinat erwärmen und dann mit der Hälfte der Käse-Mischung vermengen. Die Eier einschlagen und unter kräftigem Rühren mit der Masse vermischen. Nach und nach die restliche Käse Mischung unterheben, bis der ganze Spinat sich mit der Käse-Mischung verbunden hat. Diese Mischung nun in die Auflaufförmchen füllen und mit Käse abschließen.

4. Im Backofen nun 15 Minuten ausbacken, bis die Haube goldgelb ist. Aus dem Backofen herausholen und 5 Minuten abkühlen lassen, erst dann servieren.

Tipp

Der überbackene Spinat-Käse Auflauf passt sehr gut zu Hühnchen oder Fisch. Ein leckeres gebratenes Lachsfilet mit diesem Auflauf ist auch ein tolles Abendessen, wenn Sie Gäste erwarten. Ein frischer Salat dazu, einfach perfekt. Aber auch als Zwischenmahlzeit mit frischem Brot schmeckt der Auflauf sehr lecker.