

Blumenkohl-Gratin

Das Blumenkohl-Gratin mit viel Käse ist ein schmackhaftes vegetarisches Gericht. Das zarte Kohlgemüse, auch als Karfiol bekannt, schmeckt der ganzen Familie.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

800 g	Blumenkohl (Karfiol)
1 Stk.	Zwiebel
1 EL	Butter
200 ml	Schlagobers (Schlagsahne)
300 ml	Vollmilch
2 EL	Speisestärke
2 EL	Mehl
0.5 TL	Muskat (gerieben)
	Salz und Pfeffer
175 g	Käse (gerieben, Bergkäse, Emmentaler, Gouda, Mozzarella etc.)
1 Zweig	Petersilie
	Öl (für die Form)

Zubereitung

- Um ein schmackhaftes **Blumenkohl-Gratin** zuzubereiten, heizt du zunächst deinen Backofen auf 200 °C Umluft vor und fettet eine Auflaufform mit Öl ein. Den Blumenkohl wäschst du und teilst ihn in Röschen. Erhitze nun Salzwasser in einem großen Topf und blanchiere die Blumenkohlröschen darin zirka 5 Minuten bissfest. Anschließend nimmst du sie mit einer Schaumkelle heraus und schreckst sie in einer Schüssel mit Eiswasser ab.
- Schäle eine Zwiebel und zerhacke sie fein. Erhitze Butter in einem Topf und dünste die Zwiebeln darin 2-3 Minuten an. Verrühre das [Schlagobers](#) mit Milch, Speisestärke und Mehl miteinander. Gib das Gemisch zu den Zwiebeln und lasse alles kurz aufkochen. Würze die

Sauce mit geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer.

3. Lege jetzt den Blumenkohl in die vorbereitete Auflaufform und verteile die Sauce gleichmäßig darüber. Bestreue den Blumenkohl mit geriebenem Käse und backe ihn 20 Minuten lang im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene, bis der Käse goldbraun und knusprig geworden ist. Vom Ofen nehmen, hacke ein wenig Petersilie und verteile sie auf dem Blumenkohl-Gratin.

Tipp