Hirse-Kürbis-Auflauf

Der Hirse-Kürbis-Auflauf ist ein ideales vegetarisches Mittagessen. Ein schnelles Rezept, dass du probieren musst.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 45 min

Gesamtzeit: 60 min

Zutaten

75 g	Hirse
250 ml	Wasser
2 Stk.	
200 g	Magertopfen
	Salz und Pfeffer nach Belieben
100 ml	Schlagobers
1 Prise	Muskatnuss (gerieben)
200 g	Kürbisse (Hokkaido)
2 EL	Rosinen
	Öl
	Butter (für die Form)
1 Stk.	Auflaufform

Zubereitung

1. Für den **Hirse-Kürbis-Auflauf** die Hirse mit Wasser abspülen, in einen Topf geben und mit kochendem Wasser bei geringer Hitze etwa 20 Minuten quellen.

2. Die Zwiebel schälen und zerhacken, den Kürbis vierteln, schälen und mit einer Reibe grob raspeln.

3. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und Kürbis kurz dünsten.

4. Den Backofen auf 180 °C vorheizen.

5. Die Eier trennen, Eidotter, Magertopfen, Pfeffer, Salz und geriebene Muskatnuss in eine Schüssel geben und mit dem Mixer verrühren. Das Eiklar zu Eischnee schlagen und unterheben.

6. Eine Form mit Butter einfetten, Ei-Topfen-Masse mit Hirse, Kürbis und Rosinen in die Form geben.

7. Im vorgeheizten Backofen zirka 25 Minuten backen.

Tipp