Hirseauflauf mit Brokkoli

Der Hirseauflauf mit Brokkoli ist sehr gesund und dazu noch glutenfrei. Das feine Rezept wird dir bestimmt gelingen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 50 min

Gesamtzeit: 1,2 h

Zutaten

2 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Knoblauch
2 EL	Butter
200 g	Hirse
500 ml	Gemüsebrühe
500 g	Brokkoli
150 g	Schafskäse
1 Bund	Schnittlauch
2 Stk.	Tomaten
1 Prise	Muskatnuss
	Salz und Pfeffer
100 g	Käse (gerieben)
1 Stk.	Auflaufform

Zubereitung

1. Um den **Hirseauflauf mit Brokkoli** zuzubereiten die Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Butter in einem Topf erhitzen und glasig andünsten.

2. Die Hirse mit heißem Wasser abspülen, in den Topf geben, die Gemüsebrühe dazu gießen und aufkochen lassen. Bei geringer Hitze zugedeckt etwa 25 Minuten garen.

3. Den Brokkoli waschen, putzen und die kleinen Röschen in den letzten 4 Minuten der Garzeit

zur Hirse geben.

4. Backofen auf 180 °C vorheizen.

5. Die Tomaten und Schafskäse in Würfel schneiden, den Schnittlauch fein zerhacken und zur gekochten Hirse mengen, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

6. In eine Auflaufform füllen mit Käse bestreuen und zirka 20 Minuten backen bis der Käse geschmolzen ist.

Tipp