

Karfiol-Brokkoli-Gratin

Das Karfiol-Brokkoli-Gratin Rezept ist ein herzhafter Auflauf mit viel Gemüse und Käse und gelingt einfach im Backofen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

1 Stk.	Karfiol (mittelgroß)
400 g	Brokkoli
1 Stk.	Möhre
100 ml	Sauerrahm
100 ml	Schlagobers
100 ml	Vollmilch
50 g	Butter
2 EL	Mehl
125 g	Käse (Bergkäse, Emmentaler, etc.)
1 Messerspitze	Muskat
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Um ein köstliches **Karfiol-Brokkoli-Gratin** zuzubereiten, Karfiol und Brokkoli waschen, putzen und in Röschen teilen. Die Strünke in kleine Stücke schneiden. Möhre schälen und würfeln. Das Gemüse in kochendem Salzwasser ca. 5–6 Minuten bissfest garen. Danach in ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen.
2. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit etwas Butter einfetten.
3. Die Butter in einem kleinen Topf schmelzen. Mehl einrühren und bei niedriger Hitze kurz anschwitzen. Schlagobers, [Sauerrahm](#) und Milch langsam unter Rühren zugießen,

aufkochen lassen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken. Das Gemüse gleichmäßig in der Auflaufform verteilen, Sauce darüber gießen und mit geriebenen Käse bestreuen. Im vorgeheizten Ofen auf mittleren Schiene zirka 15 Minuten überbacken, bis der Auflauf goldgelb und leicht knusprig ist.

Tipp

Für die nicht vegetarische Karfiol-Brokkoli-Gratin Variante kleine Schinkenwürfel unter das Gemüse mischen.