

Lachs-Gemüse Auflauf

Zutaten für 4 Personen:

480 g Lachsfilet ohne Haut

1 kleinen Blumenkohl, 1 Brötchen, 150 ml Milch, 4 Eier

200 g kräftiger Gouda im Stück, 100 g schwarze Oliven

1 EL gehackte Petersilie, Salz, Pfeffer, Butter

Chili, Currypulver, Paprikapulver Edelsüß

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Eine Auflaufform mit zimmerwarmer Butter einfetten.

Die Blumenkohlröschen waschen und in wenig Salzwasser bissfest garen.

Von der Milch 2 EL abnehmen und das Brötchen in der restlichen Milch einweichen. Später ausdrücken und zerpfücken.

Die Oliven in Ringe schneiden, den Käse und den Lachs in Würfel schneiden.

Eier aufschlagen und die Kräuter, Gewürze, 2 EL Milch und das Brötchen dazugeben.

Zubereitung

Alle Zutaten in die Auflaufform geben und mit zwei Löffeln ein wenig vermischen.

Die Eiermasse darüber verteilen.

Ca. 25 Minuten bei 200 Grad Umluft auf der mittleren Schiene backen.

Als Dekoration kleine Mini Tomaten und etwas frische Petersilie darüberstreuen.

Unsere Weinempfehlung:

Der Kleine Rust - Weißwein, trocken, aus Südafrika

Guten Appetit!