KÜRBIS-KARTOFFEL-BOHNEN-AUFLAUF

Zutaten

500g Brechbohnen

1/2 kleinen Hokkaido-Kürbis

3 mittelgroße Kartoffeln

1 Zwiebel

5 Eier

100g Ricotta

20ml Milch

100g Emmentaler (gerieben)

1/2 Tl Kurkuma

10 Blättchen Basilikum

1/2 Tl Kreuzkümmel

1 Tl Sieglindes Erdäpfelgewürz von Bio Sonnentor

Olivenöl

So geht´s

Die Bohnen waschen und die Enden abschneiden. Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Kürbis waschen, entkernen und ebenfalls dünne Scheiben abschneiden. Die Zwiebel kleinhacken und in Olivenöl (und wer mag mit etwas Zucker) goldbraun anbraten. Danach die Bohnen, den Kürbis und die Kartoffeln zugeben und kurz anbraten. Anschließend mit 100 ml heißem Wasser ablöschen und zugedeckt 5 min köcheln lassen. Sollte das Wasser zuwenig sein, dann etwas nachgießen, wenn es zuviel ist. kann es anschließend abgegossen werden. Das Gemüse danach in ein ofenfestes Gefäß geben.

Während das Gemüse köchelt, die Eier, die Ricotta, Milch und die Gewürze und Kräuter gemeinsam mit der Hälfte des Käses in einem Mixer kurz zusammenmischen. Anschließend die Mischung über das Gemüse geben. Den Rest des Emmentalers drüber streuen und für ca. 25 min mit einem Deckel in den Ofen schieben. Zum Schluss nochmals 5 min ohne Deckel backen, damit der Auflauf schön goldbraun wird.

Statt dem Emmentaler kann natürlich auch Parmesan oder Mozzarella genommen werden.

by Patrizia @buonolicious