

Kategorie: Ois mit Fleisch

## Gemüseauflauf mit Faschiertem

3 Portionen

### Das brauchst du:

400g gemischtes Gemüse

75g Zwiebel

300g Faschiertes

1EL Öl

Gewürze nach Geschmack

bei mir war es Curry

Kräutersalz

Pfeffer

Vegeta

Petersilie

15g Butter oder Margarine

15g glattes Mehl

150ml Vollmilch

75ml von der Gemüsuppe

2 Eckerl Schmelzkäse mit Kräuter oder natur

50g geriebener Pizzakäse

### So wird's gemacht:

400g Gemüse in Stücke schneiden und knapp bedeckt in Gemüsesuppe bissfest kochen. Dann abseihen und 75ml vom Gemüsesud auffangen.

--

75g Zwiebel kleinwürfelig schneiden und zusammen mit 300g Faschiertem in einem EL Öl leicht anbraten. Die Gewürze dazugeben.

--

15g Butter oder Margarine zerlassen. 15g Mehl hinzu und mit dem Schneebesen gut vermengen. 150ml Milch und 75ml Gemüsesud einrühren und unter ständigem Weiterühren aufkochen lassen. Von der Kochstelle nehmen und darin 2 Eckerl Schmelzkäse auflösen und mit ein wenig Kräutersalz würzen. Alles zusammen dann noch einmal gut aufkochen lassen.

--

In einer passenden Auflaufform Faschiertes und Gemüse schichten, darauf die Sauce leeren. Darüber den geriebenen Käse verteilen. Im Backrohr bei 200 Grad 30 -35 Minuten backen. 10 Minuten stehen lassen, dann portionieren.