

# Blumenkohl-Schinken-Auflauf

---

Caritas-Altenheim St. Elisabeth, Eichstätt

## Zutaten

1 -1 ½	Blumenkohlrösen
250 g	Schinken (mager, gekocht)
3	Eigelb
125 ml	Sauerrahm
125 ml	Milch
	Salz
	Muskat
40 g	Reibekäse
20 g	Semmelbrösel
20 g	Butterflocken

## Zubereitung

Blumenkohl waschen, putzen und in Röschen teilen. Topf mit reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und Blumenkohl darin gar kochen. Schinken in feine Streifen schneiden. Eine Auflaufform buttern, Blumenkohlröschen und Schinken lagenweise einschichten. Sauerrahm, Milch, Eigelb, Salz und etwas geriebene Muskatnuss gut miteinander verquirlen und über den Blumenkohl gießen. Mit dem Reibekäse und den Semmelbröseln bestreuen, mit Butterflocken belegen und backen.

## Backzeiten

Ober-/Unterhitze: 150°C  
Umluft: 140°C  
30 Minuten

## Tipp

Dazu passt ein bunter Salat sehr gut.