# Cremiger Kartoffelauflauf

www.fitdurchsleben.com

Zutaten für 5 Personen:

| | | |
|---|---|---|
| 60 | ml | Olivenöl, raffiniert |
| 180 | g | Frühlingszwiebeln, in 5 mm Ringe geschnitten |
| 1,5 | EL | Dinkelmehl oder Weizenmehl |
| 150 | ml | Gemüsefond, klar – für die geschmacksverstärkerfreie Gemüsesuppe gibt es ein Rezept auf meiner HP |
| 200 | g | Landfrischkäse, Cottage Cheese |
| | | Salz, frisch |
| 1000 | g | Kartoffeln speckig, geschält und in ca. 5mm Scheiben geschnitten |
| 15 | g | Schnittlauch - 1 Bund, geschnitten |
| 1,5 | EL | Majoran frisch, grob gehackt |

Herstellung:

1. Öl in einem Topf erhitzen und die Frühlingszwiebelringe darin anbraten.
2. Topf vom Herd ziehen, Mehl hineingeben und umrühren.
3. Mit Gemüsefond unter stetigem rühren auffüllen, Topf auf die Herdplatte schieben und mit stetem rühren aufkochen lassen.
4. Topf vom Herd ziehen, Frischkäse einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Ofen auf 150 °C Umluft vorheizen.
6. Kartoffelscheiben, Frischkäse-Sauce, Majoran und Schnittlauch in eine Auflaufform schichten und 30 Minuten backen.

Andreas Virgolini Dipl. Diätkoch, Küchenmeister, Vegan – vegetarischer Koch a.S.