

KNÖDELAUFLAUF MIT GEMÜSE

10 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



45 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten für 4 Portionen

- 500 g Kloßteig (aus dem Kühlregal)
- 300 g TK-Erbsen und Möhren
- 250 g Sauce Hollandaise Legere
- ½ TL Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 100 g geriebener Käse
- 1 EL gehackte Petersilie



Zubereitung:

1. Forme aus dem Kloßteig 20 kleine Knödel.
2. Gib das Möhren-Erbsen-Gemüse in eine Auflaufform. Verteile die Klöße darauf. Gieße die Sauce Hollandaise darüber und würze den Auflauf mit Salz und Pfeffer. Streue zum Schluß den Käse darüber.
3. Heize den Backofen auf 190 Grad Umluft vor. Backe den Knödelaufwurf für 35 Minuten goldgelb. Bestreue ihn vor dem Servieren mit etwas gehackter Petersilie.

Nährwerte pro Portion: 321 kcal | KH 40 g | E 11 g | F 11 g



Ein Rezept von Familienkost.de

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöbere in unserem Shop.

