

Bunter Spargel-Gratin mit Knusperhaube

Tutti i Sensi



AEG

<http://geschmackssachen.aeg.de/>

Art: Hauptgericht
Schwierigkeitsstufe: leicht

Zutatenliste (für 4 Personen):

500 g weißer Spargel
250 g Broccoli
1 Möhre
100 g gekochter Schinken
2 EL Sonnenblumenöl
¼ l Spargelfond

20 g Butter
20 g Mehl
2 EL Schmand
100 g Gouda
1 EL Zitronensaft
2 EL Pinienkerne
Salz, Pfeffer, Muskat

Schritt 1

Spargel waschen, schälen, in ca. 3 cm lange Stücke schneiden und 15 min mit Vital-Dampf bei der vom Gerät vorgeschlagenen Temperatur von 96°C vorgaren. Spargel anschließend in eine Auflaufform geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Schritt 2

Broccoli putzen und in Röschen teilen. Möhre schälen und in Scheiben schneiden. Schinken in kleine Würfel schneiden.

Schritt 3

Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und Broccoli und Möhre darin andünsten. Schinkenwürfel zugeben und würzen.

Schritt 4

Butter in einem Topf erhitzen, Mehl dazugeben und unter ständigem Rühren hellgelb andünsten. Nach und nach die Flüssigkeit mit einem Schneebesen unterrühren und einmal aufkochen lassen. Schmand dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Schritt 5

Broccoli, Möhren und Schinken über dem Spargel verteilen. Mit Zitronensaft beträufeln. Die Soße über das Gemüse gießen, Pinienkerne und Käse darüber streuen und backen:

Im Multi-Dampfgarer

Einschubhöhe: 3 von unten
Beheizungsart: Intervall-Dampfgaren
Temperatur: 180°C
Zeit (ca.): 35 min

Im Kompakt Multi-Dampfgarer

Einschubhöhe: 2 von unten
Beheizungsart: Intervall-Dampfgaren
Temperatur: 180°C
Zeit (ca.): 35 min

Rezept vom: 23.02.2016