



Deftiger Laugen-Sauerkraut-Auflauf

dazu eine cremige Pilz-Sahne-Soße



HELLO LAUGENBRÖTCHEN

„Wer hat's erfunden?“, fragt man sich auch im Fall des Laugengebäcks. Hier beanspruchen sowohl die Bayern als auch die Schwaben den Titel für sich.



Laugenbrötchen



geraspelter Bergkäse



Gewürzmischung "Kartoffelknaller"



Sahne



Ei



braune Champignons



Zwiebel



Petersilie



mildes Sauerkraut



fettarme Milch



30 Minuten

Stufe 1

Veggie

leichter Genuss

Zeit sparen

Rustikal und würzig in einem: Dieses Gericht erinnert entfernt an traditionelles, süddeutsches Essen. Sauerkraut, Sahnesoße, Bergkäse, Champignons und Laugenbrötchen – alles kommt zusammen! Jedoch in einer neuen Art und Weise, nämlich als deftiger Auflauf. Hast Du noch nie probiert? Wir, bis zum ersten Probekochen auch nicht – dann war aber schnell klar: Dieses Rezept muss es einfach im Herbst in Deiner Kochbox geben! Lass es Dir schmecken!

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 kleinen Topf**, **1 große Schüssel**, eine **Auflaufform**, **Backpapier** und **1 große Pfanne**.



1 ZU BEGINN

Milch in einem kleinen Topf erwärmen. Währenddessen **Laugenbrötchen** in 1 cm große Würfel schneiden. Blätter der **Petersilie** fein hacken.



2 TEIG VORBEREITEN

Laugenbrötchenwürfel, **Gewürzmischung**, **Bergkäse**, **Sauerkraut** und die **Hälfte** der gehackten **Petersilie** in eine große Schüssel geben, mit **warmer Milch** übergießen, verrühren, mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und abgedeckt etwas abkühlen lassen. Anschließend **Ei** unterrühren.



3 GEMÜSE SCHNEIDEN

Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. **Braune Champignons** vierteln.



4 LAUGENAUF LAUF BACKEN

Auflaufform mit Backpapier auslegen, **Laugen-Sauerkraut-Masse** einfüllen und 20 – 25 Min. backen.

In der Zwischenzeit **Soße** kochen.



5 SOSSE KOCHEN

Butter* und **Öl*** in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. **Zwiebelstreifen** darin 3 – 4 Min. anbraten, **Champignonviertel** dazu geben und weitere 4 – 5 Min. braten.

Mit **Sahne** ablöschen, restliche **Petersilie** zugeben und 2 – 3 Min. einköcheln lassen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 ANRICHTEN

Auflauf aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen, portionieren und mit der **Rahmsoße** genießen!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Milch (1,5% Fett)	200 ml	300 ml ☉	400 ml
Laugenbrötchen 1)	3	5	6
Petersilie	20 g	20 g	20 g
Gewürzmischung "Kartoffelknaller"	2 g	4 g	4 g
geraspelter Bergkäse 5)	50 g	100 g	100 g
mildes Sauerkraut 3)	200 g ☉	300 g ☉	400 g
Ei 2)	1	2	2
Zwiebel DE	1	2	2
braune Champignons	100 g	150 g	200 g
Sahne 5)	200 g	300 g ☉	400 g
Butter* 5)	½ EL	¾ EL	1 EL
Öl*	½ EL	¾ EL	1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

☉ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	596 kJ/143 kcal	3094 kJ/740 kcal
Fett	7 g	36 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	18 g
Kohlenhydrate	14 g	71 g
- davon Zucker	3 g	14 g
Eiweiß	6 g	29 g
Ballaststoffe	1 g	5 g
Salz	1 g	4 g

ALLERGENE

1) Weizen 2) Ei 3) Sellerie 5) Milch

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

[f](#) [@](#) [▶](#) [p](#) #HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
 AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!