

## » **Gemüseauflauf mit Rosenkohl** **Wie wirts gemacht?**

Rosenkohl gilt als eines der wichtigsten Wintergemüsesorten. Dieser Gemüseauflauf ist also ein guter Start in die Kaltejahreszeit.

1. Das Gemüse putzen und waschen, in wenig Wasser mit Gemüsebrühe garen.
2. Die Fleischwurst würfeln und unterheben.
3. Das Gemüsewasser abgießen und **auffangen**.
4. Eine Auflaufform leicht fetten und das Gemüse einfüllen.
5. Frischkäse, Creme fraiche in den Gemüsesud rühren, mit Pfeffer abschmecken und über das Gemüse gießen.
6. Bei 175° 40 Minuten backen.

Man kann auch gut die doppelte Menge der Zutaten verwenden, da dieses Gericht auch am nächsten Tag noch sehr lecker schmeckt.



### **Die Zutaten...**

- » 500 g Rosenkohl
- » 500 g Möhren
- » 500 g Kartoffeln
- » 1 große Fleischwurst
- » Gemüsebrühe
- » etwas Zitronensaft
- » 1 Päckchen Kräuterfrischkäse
- » 1 Becher Creme fraiche
- » Pfeffer

 [WWW.SCHMALLEBERGER-SAUERLAND.DE/GESUND](http://WWW.SCHMALLEBERGER-SAUERLAND.DE/GESUND)

