MARLEY SPOON



RS Sauerkraut-Kürbis-Auflauf mit Feta

dazu Rucolasalat

ca. 30min 6 Portionen

In der kalten Jahreszeit sehnen wir uns nicht ohne Grund nach wärmenden Wohlfühlgerichten. Die Temperaturen sind wenig einladend und Kochen macht jetzt einfach mehr Spaß. Wenn dann noch ein leckerer Auflauf mit Sauerkraut, Kürbis und cremigem Feta im Ofen schmurgelt, ist alles perfekt.

Was du von uns bekommst

- 2 kleine Bio-Hokkaidokürbisse
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 500g Weinsauerkraut
- 75g Rosinen
- 300g Feta [1]
- 100g Rucola
- 50g Rucola
- 75g Kürbiskerne

Was du zu Hause benötigst

- 3EL Butter [1]
- Olivenöl
- Essig
- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- großer Topf mit Deckel
- Sparschäler
- Kartoffelstampfer
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp
Wer mag, kann die Kürbiskerne für noch mehr Aroma in einer trockenen Pfanne anrösten, bis sie knistern und goldbraun sind.

Allergene
Enthält: **Milch** (1).

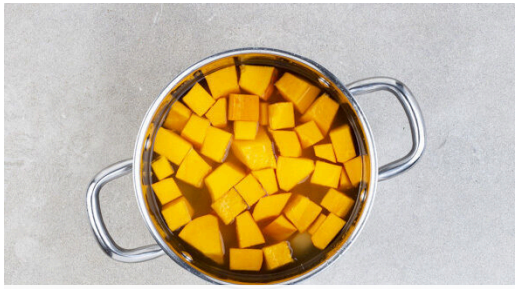
Kann Spuren enthalten von: Erdnüsse, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 639kcal, Fett 32.1g, Kohlenhydrate 62.4g, Eiweiß 19.8g



1. Gemüse schneiden

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 230°C vorheizen. In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für den **Kürbis** und die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Den **Kürbis** vierteln und entkernen, die **Kartoffeln** schälen. Den **Kürbis** und die **Kartoffeln** in ca. 2cm große Stücke schneiden.



2. Gemüse kochen

Den **Kürbis** und die **Kartoffeln** in das kochende Wasser geben und in 12–15Min. gar kochen. Mit einer Tasse etwas **Kochwasser** abschöpfen, dann den **Kürbis** und die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Das **Gemüse** zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



3. Sauerkraut abtropfen

Das **Sauerkraut** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. **Tipp:** Wer das **Sauerkraut** weniger säuerlich mag, übergießt es im Sieb kurz mit kochendem Wasser.



4. Auflauf vorbereiten

Den **Kürbis** und die **Kartoffeln** zu einem cremigen **Püree** stampfen, dabei nach Bedarf etwas **Kochwasser** hinzufügen. Das **Püree** mit 3EL Butter verfeinern, dann das **Sauerkraut** und die **Rosinen** untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Auflauf backen

Den **Kartoffel-Kürbis-Stampf** in eine große Auflaufform geben und den **Feta** in groben Stücken darüber bröckeln. Im Ofen 4–5Min. backen, bis der **Feta** leicht angeschmolzen ist.



6. Salat zubereiten

Inzwischen 3EL Olivenöl, 3EL Balsamicoessig und je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer verrühren. Den **Rucola** und die **½ der Kürbiskerne** kurz vor dem Servieren mit dem **Dressing** vermengen. Den **Sauerkraut-Kürbis-Auflauf** mit den **restlichen Kürbiskernen** garnieren und mit dem **Salat** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**