MARLEY SPOON



Gemüsegratin mit Garnelen

und knuspriger Croûtonhaube

30-40min 4 Portionen

Was sieht exklusiv aus, macht aber nicht viel Arbeit und verbraucht noch weniger Geschirr? Richtig, unser raffiniertes Garnelen-Gemüse-Croûton-Gratin! Ein wenig Paprika, Tomaten und Zwiebeln geschnippelt, ein wenig das Brot vorbereitet, ein wenig die Garnelen angebraten, ein wenig den Spinat zugegeben, ein wenig mit Crème fraîche verfeinert – und schon ist alles fertig! Nur der Ofen muss noch ein klein wenig arbeiten ...

Was du von uns bekommst

- 2 Baguettebrötchen [2]
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 4 Tomaten
- 2 Paprika
- 2 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut [1]
- 200g Babyspinat (ungewaschen)
- 2 Becher Crème fraîche [3]

Was du zu Hause benötigst

- 3EL Senf [4]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- große, ofenfeste Pfanne
- Sieb

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

Kochtipp
Wer keine ofenfeste Pfanne hat, kann nach dem Anbraten auch alles in eine Auflaufform geben.

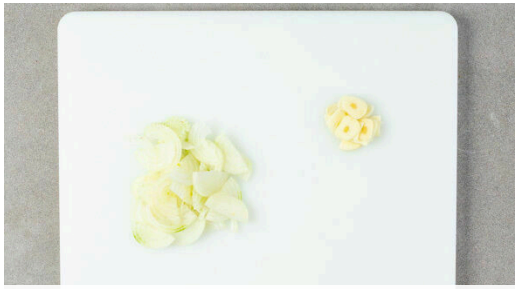
Allergene
Enthält: **Krebstiere** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3), **Senf** (4).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 596kcal, Fett 32.9g, Kohlenhydrate 50.0g, Eiweiß 24.8g



1. Brötchen vorbereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Brötchen** längs vierteln und in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden.



2. Zwiebeln schneiden

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



3. Gemüse schneiden

Die **Tomaten** halbieren und in dünne Spalten schneiden. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden.



4. Croûtons vorbereiten

Die **Zwiebeln** und die **Brötchenwürfel** mit 2EL Olivenöl und 3EL Senf vermengen und mit je ½TL Salz und Pfeffer würzen.



5. Garnelen braten

Die **Garnelen** in einem Sieb kalt abspülen, dann trocken tupfen und mit der **Paprika** in einer großen, ofenfesten Pfanne mit 2EL Olivenöl bei starker Hitze 2–3Min. anbraten. Die **Tomaten**, den **Knoblauch** und den **Spinat** dazugeben und unter Rühren garen, bis der **Spinat** zusammenfällt. Mit je ½TL Salz und Pfeffer würzen.



6. Gratin backen

Die **Crème fraîche** unter das **Gemüse** und die **Garnelen** rühren, alles mit der **Brötchen-Zwiebel-Mischung** bedecken und im Ofen 10–15Min. backen, bis die **Croûtonhaube** goldbraun und knusprig ist. Das fertige **Gemüsegratin** auf Tellern anrichten und 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**