

Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

200 g Roggen, grob geschrotet
2 Stk. gelbe Zwiebeln
80 g Butter
4 Stk. Eier
300 g gekochter Spinat
200 g Frischkäse, natur
0,25 l Sauerrahm
Salz
Pfeffer, gemahlen
100 g Bergkäse

Mein persönlicher Tipp

Dieser Auflauf kann auch sehr gut mit anderen beliebigem Getreide zubereitet werden!



Margarete Auer

Seminarbäuerin aus Kumberg

Roggenschrotauflauf



Foto: Wolfgang Lackner - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Roggenschrot mit ca. $\frac{1}{4}$ l warmen Wasser übergießen und quellen lassen.
- Zwiebel fein schneiden und in 2 dag Butter goldgelb rösten.
- Restliche Butter mit den Dottern schaumig rühren
- Eiklar mit Salz zu steifem Schnee schlagen. Zum Butter-Dottergemisch den Roggenschrot und die gerösteten Zwiebeln dazugeben und unterrühren.
- Eischnee unterheben und wenn nötig noch mit Salz und Pfeffer nachwürzen.
- In eine befettete Auflaufform ein Drittel des Roggenteiges geben, mit Blattspinat belegen und leicht ansalzen, nächstes Drittel Teig daraufgeben, anschließend den Frischkäse und mit Roggenteig abschließen.
- Mit dem geriebenen Käse bestreuen und im Rohr bei 180°C eine $\frac{3}{4}$ Stunde backen.

Quellen:



Eva Maria Lipp: Seminarrezept