

Fenchelaufbau

fenchelauf11q.odt

Zutatenliste für 8 Portionen:

2 kg	Kartoffeln
7	Fenchelknollen
80 g	Olivenöl
200 g	Weisswein
	Salz
	Pfeffer
200 g	Schafkäse
3 Sch	Gouda
200 g	Putenbrust
200 g	Sahne
5 EL	Joghurt
4	Eier
150 g	Mozzarella

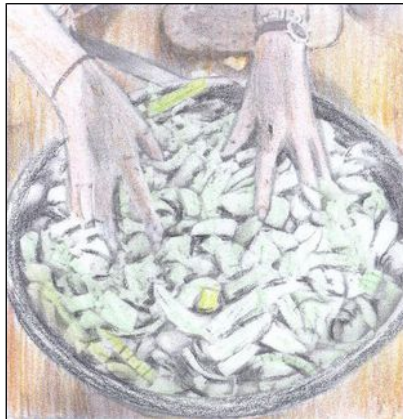
Zubereitung:

Auflaufform bereitstellen. Kartoffeln schälen und vierteln. Kartoffeln in die Auflaufform füllen. Fenchel putzen, also äußere Schale und Gestrüpp oben entfernen vierteln und in die Form geben. Die guten grünen Zweige für die Dekoration aufheben. Den Rest des Krauts kleinschneiden und mit in die Auflaufform geben. Olivenöl und Weißwein darüber gießen, salzen und pfeffern, dann alles mit den Händen in der Form gut vermischen.

Der Ofen wurde auf 220°C vorgeheizt und nun ca 40 Minuten auf mittlerer Schiene bei Ober- und Unterhitze backen.



Die Zutaten



Gut vermengt ab in den Ofen

Dann den Schafkäse in Würfel schneiden, Gouda und Putenbrust in Streifen schneiden. Sahne, Joghurt, Eier, Salz, Pfeffer miteinander verrühren. Den Auflauf aus dem Backofen holen und Putenbrust unterheben. Alle Käsesorten verteilen und die Sahnejoghurtsauce über den Auflauf gießen und nochmals 15 Minuten im Ofen überbacken.

Dieser Fenchelaufbau schmeckt lecker und ist einfach in der Zubereitung. Fenchel ist sehr nährstoffreich und leicht bekömmlich.



Käse und Putenbrust kleinschneiden



Den Käse obendrauf



Fertig überbacken

Vorbereitungszeit: keine
Zubereitungszeit: 90 Min.
Schwierigkeitsgrad: einfach

Kosten pro Portion: xxx
Kalorien pro Portion: xxx
K: xxx F: xxx E: xxx



Auf dem Teller

Tip: Die Kartoffeln können extra gekocht werden. Wer es sauer mag, kann den Auflauf mit Zitrone noch abschmecken.