

Tel . 07223 / 806 22 30  
Fax. 07223 / 806 22 55  
email:info@deckersbiohof.de  
www.deckersbiohof.de



## Rezept für KW 20-16

### Fenchel mit Möhren überbacken

1-2 Fenchelknollen  
2-3 Möhren  
200 ml Gemüsebrühe  
Für den Guss:  
2 Eier  
150 ml Milch  
4 EL Kräuterfrischkäse  
4 EL saure Sahne  
2 TL getr. Dill  
Pfeffer  
Kräutersalz  
Butter für die Form  
ca 100 g Gouda – nach Belieben

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

Die Fenchelknollen putzen, vierteln und längs in dünne Streifen schneiden. Die Möhren putzen und in Scheiben schneiden. In der Gemüsebrühe beides bissfest garen. Für den Guss Ei, Milch, Kräuter-Frischkäse und saure Sahne verrühren. Mit Dill, Pfeffer und Kräutersalz würzen. Die Fenchelstreifen und Möhrenscheiben in eine mit Butter eingefettete Auflaufform verteilen. Den Guss darüber gießen. Nach Belieben mit etwas geriebenem Gouda bestreuen. Den Fenchel-Auflauf im vorgeheizten Backofen bei 200° C ca. 30 Min. backen.

Nach: C. Buhmann, Aufläufe und Gratins,  
Mödena-Verlag