



Kartoffel Rote-Bete Gratin mit Ziegenfrischkäse:

Zutaten für 4-6 Personen:

1 kg	Rote Bete frisch
1 kg	Kartoffeln (rote Laura)
500 g	Äpfel
500 g	Möhren
200 g	rote Zwiebel
500 g	Joghurt
400 g	Ziegenfrischkäse
50 g	Honig
	Olivenöl
	Kümmel
	Rosmarin & Thymian
	Salz, Pfeffer & Muskat
500 ml	Kartoffelwasser
250 ml	Sahne
30 g	Stärke

Zubereitung:

- Die Rote Bete in der Schale weichkochen. Dafür Salz, etwas Essig und Kümmel ins Kochwasser geben und ca. 30-40 Minuten kochen lassen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Schälen und in 3 cm große Stücke schneiden
- Die Kartoffeln schälen, halbieren und 10 Minuten in Salzwasser ankochen. Herausnehmen, das Wasser aufheben.
- Möhre schälen, halbieren und in 5 cm lange Stücke schneiden.
- Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in Spalten scheiden.
- Rote Zwiebeln schälen und vierteln
- Möhren in etwas Olivenöl farblos anbraten, Zwiebeln und Äpfel dazu geben.
- Mit Salz und 1 Eßl Honig würzen. Gezupften Rosmarin und Thymian dazu geben.
- Rote Bete, Kartoffeln und restliches Gemüse miteinander mischen und in eine Auflaufform geben.
- Kochwasser und Sahne aufkochen, abschmecken und mit der angerührten Stärke abbinden. Alles über den Auflauf geben.
- Ziegenfrischkäse und Joghurt verrühren. Mit Salz, Honig und Kräutern abschmecken.
- Als Topping auf den Auflauf geben.
- Im Ofen bei 160°C ca. 40-45 Minuten goldgelb backen.

Sie können diesen Auflauf alternativ auch mit gebratener Hähnchenbrust, Fischfilet oder Tofu ergänzen. Dazu die Alternative einfach in 2x2 cm große Stücke schneiden und unter die Auflaufmasse geben.

Viel Spaß beim Nachkochen.