

Überbackener Blumenkohl

Schwierigkeit:

Leicht

Menge:

2 Personen

Dauer:

30 Minuten

Garzeit:

10-15 Min

Kategorie:

Gemüse

Herkunft:

Familienrezept

Zutaten

- 1 Blumenkohl
- Salzwasser
- 20 g Fett
- 20 g Mehl
- 1/4 l Flüssigkeit
- 50 g Schmelzkäse
- Salz, Muskat, Zitronensaft
- 1 Eigelb
- 125 g Krabben

Anleitung

Blumenkohl im Salzwasser dämpfen. Aus Fett, Mehl und Flüssigkeit eine helle Grundsoße kochen, Käse darin auflösen, würzen.

Blumenkohl in eine gefettete Auflaufform geben, Soße übergießen.

Bei 250 °C 10 - 15 Minuten backen.

Bilder

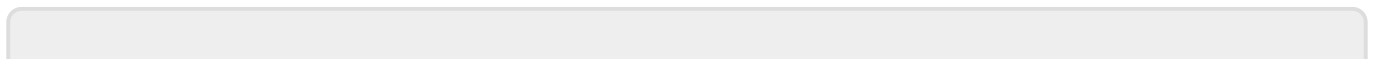
Hier können über die Upload Funktion Bilder vom Rezept eingefügt werden

Kommentare

Kommentare zum Rezept (Abwandlungen etc.)

Quelle

Familienrezept



From:

<https://rezepte.basti.rocks/> - **Schröders Rezepte**

Permanent link:

https://rezepte.basti.rocks/rezepte/ueberbackener_blumenkohl/index

Last update: **2021/01/24 12:55**

