

Käse-Lauch-Küchlein auf Möhrengemüse

Zutaten für 4 Portionen:

Für die Küchlein:

400 gr. Lauch, Stangen halbieren und in feine Ringe schneiden
50 ml Gemüsebrühe oder Wasser
250 gr. Dinkelvollkorntoast
250 ml Milch
100 gr. Bergkäse oder Emmentaler, geraspelt
1 Ei
¼ TL Meersalz (jodiert)
1 Prise Pfeffer (gemahlen), 1 Prise Kümmel (gemahlen)
10 gr. Butterschmalz oder Margarine

Für das Möhrengemüse:

5 gr. Butter oder Margarine
50 gr Zwiebel, gewürfelt
400 gr. Möhren, grob geraspelt
1 EL feines Maismehl
300 ml Gemüsebrühe
200 ml Milch, 60 gr. Sahne
evtl. etwas Apfeldicksaft oder Blütenhonig
¼ TL Meersalz (jodiert), 1 Prise Pfeffer (gemahlen)
2 – 4 EL Petersilie, fein geschnitten

Zubereitung:

Lauch in etwas Flüssigkeit 1-2 Minuten bissfest dünsten. Dinkelvollkorntoast mit kochender Milch solange übergießen, dabei rühren, bis gerade keine Milch am Schüsselboden stehen bleibt. Toastmasse zudecken und 10 Minuten quellen lassen. Nach der Quellzeit alle Zutaten einarbeiten und mit den Würzzutaten abschmecken.

Für das Möhrengemüse die Zwiebelwürfel in Butter anschwitzen, Möhren zugeben, ebenfalls mit angeschwitzt und die Flüssigkeit unter rühren aufgießen. Das Gemüse 3 – 4 Minuten kochen lassen und zum Schluss mit den Würzzutaten abschmecken.

Die Käse-Lauch-Masse zu Küchlein formen und in Butterschmalz oder Margarine goldgelb herausbraten. Die fertigen Küchlein auf dem Möhrengemüse anrichten und servieren.