Kürbisgnocchi mit Soja-Sauce

Bei mir ist jetzt schon richtig Kürbiszeit, denn diesmal serviere ich die zubereiteten Gnocchi, die ich eingefroren hatte, einfach mit einer dunklen Soja-Sauce. Ich brate die Gnocchi vorher noch in Öl in der Pfanne an.

Der Übersicht halber führe ich die Zubereitung der Gnocchi nochmals auf.

Ich verwende einen Butternusskürbis, der der einzige Kürbis ist, dessen Schale man mitessen kann.

Nach dem Garen des Kürbis ist dieser recht feucht, so dass man etas mehr Mehl für die Gnocchi benötigt als bei der Zubereitung von Gnocchi aus Kartoffeln.

Mein Rat: Gleich etwas mehr Gnocchi zubereiten, sie lassen sich portionsweise gut einfrieren und für weitere Zubereitungen verwenden.

Noch ein Rat: Mit einer Gabel oder einem Messer kann man die Gnocchi noch etwas verzieren.

Zutaten für etwa 90 Gnocchi:

- 1 kg Butternuss-Kürbis
- 6 Eigelbe
- 1 kg Mehl
- Muskat
- Salz
- schwarzer Pfeffer

- Olivenöl
- 2–3 EL dunkle Soja-Sauce

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 40 Min.

Kürbis in grobe Stücke schneiden. Wasser in einem Topf erhitzen und Kürbis darin 30 Minuten garen. Herausnehmen, in eine große Schüssel geben und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Mehl dazugeben. Ebenfalls Eigelbe dazugeben. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Alles gut verrühren.

Wasser in einem Topf erhitzen und mit zwei kleinen Löffel aus der Kürbismasse kleine Röllchen formen. Portionsweise in das kochende Waser geben und jeweils 3–4 Minuten garen. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und abkühlen lasssen. Portionsweise in Gefrierbeutel geben und einfrieren. Etwa 20 Gnocchi für die weitere Zubereitung zurückbehalten.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Gnocchi darin anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Sauce darüber verteilen und servieren.

Kürbisgnocchi mit süß-scharfer Sauce

Leckere Gnocchi mit Sauce

Diesmal serviere ich die zubereiteten Gnocchi, die ich eingefroren hatte, einfach mit einer asiatischen süß-scharfen Sauce. Ich brate die Gnocchi vorher noch in Öl in der Pfanne an.

Der Übersicht halber führe ich die Zubereitung der Gnocchi nochmals auf.

Ich verwende einen Butternusskürbis, der der einzige Kürbis ist, dessen Schale man mitessen kann.

Nach dem Garen des Kürbis ist dieser recht feucht, so dass man etas mehr Mehl für die Gnocchi benötigt als bei der Zubereitung von Gnocchi aus Kartoffeln.

Mein Rat: Gleich etwas mehr Gnocchi zubereiten, sie lassen sich portionsweise gut einfrieren und für weitere

Zubereitungen verwenden.

Noch ein Rat: Mit einer Gabel oder einem Messer kann man die Gnocchi noch etwas verzieren.

Zutaten für etwa 90 Gnocchi:

- 1 kg Butternuss-Kürbis
- 6 Eigelbe
- 1 kg Mehl
- Muskat
- Salz
- schwarzer Pfeffer

- Olivenöl
- süß-scharfe Sauce

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 40 Min.

Kürbis in grobe Stücke schneiden. Wasser in einem Topf erhitzen und Kürbis darin 30 Minuten garen. Herausnehmen, in eine große Schüssel geben und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Mehl dazugeben. Ebenfalls Eigelbe dazugeben. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Alles gut verrühren.

Wasser in einem Topf erhitzen und mit zwei kleinen Löffel aus der Kürbismasse kleine Röllchen formen. Portionsweise in das kochende Waser geben und jeweils 3–4 Minuten garen. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und abkühlen lasssen. Portionsweise in Gefrierbeutel geben und einfrieren. Etwa 20 Gnocchi für die weitere Zubereitung zurückbehalten.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Gnocchi darin anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Sauce darüber verteilen und servieren.

Kürbisgnocchi mit Tomaten-Sauce

Leckere Gnocci mit viel Tomatensauce

Ich bereite diesmal Gnocci aus Kürbis zu. Zu diesem Gericht hat mich Lamiacuccina angeregt.

Ich verwende einen Butternusskürbis, der der einzige Kürbis ist, dessen Schale man mitessen kann.

Nach dem Garen des Kürbis ist dieser recht feucht, so dass man etas mehr Mehl für die Gnocchi benötigt als bei der Zubereitung von Gnocchi aus Kartoffeln.

Mein Rat: Gleich etwas mehr Gnocchi zubereiten, sie lassen sich portionsweise gut einfrieren und für weitere Zubereitungen verwenden.

Noch ein Rat: Mit einer Gabel oder einem Messer kann man die Gnocchi noch etwas verzieren.

Man kann die Gnocchi auch mit einer fertigen Asia-Sauce oder einfach Sojasauce zubereiten.

Zum Garnieren passt natürlich etwas frisch geriebener Parmesan dazu.

Zutaten für 1 Person:

Für etwa 90 Gnocchi:

- 1 kg Butternuss-Kürbis
- 6 Eigelbe
- 1 kg Mehl
- Muskat

Für die Sauce:

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 240 g stückige Tomaten (Dose)
- 2 Zweige Rosmarin
- Olivenöl

- Salz
- schwarzer Pfeffer

- Parmesan

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 40 Min.
Kürbis in grobe Stücke schneiden. Wasser in einem Topf erhitzen und Kürbis darin 30 Minuten garen. Herausnehmen, in eine große Schüssel geben und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Mehl dazugeben. Ebenfalls Eigelbe dazugeben. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Alles gut verrühren.

Wasser in einem Topf erhitzen und mit zwei kleinen Löffel aus der Kürbismasse kleine Röllchen formen. Portionsweise in das kochende Waser geben und jeweils 3–4 Minuten garen. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und abkühlen lasssen.

Portionsweise in Gefrierbeutel geben und einfrieren. Etwa 20 Gnocchi für die weitere Zubereitung aufheben.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Öl in einem Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Tomaten dazugeben. Rosmarin dazugeben. Alles verrühren und etwas köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Gnocchi in die Sauce geben und erhitzen.

Gnocchi mit Sauce auf einen Teller geben, mit frisch geriebenem Parmesan garnieren und servieren.

Gefüllter Kürbis

Kürbis mit Innereienhackfleisch-Kartoffel-Füllung,

beides weich gebacken

Die Verarbeitung der Hähnchenherzen und -mägen zu Hackfleisch, indem ich sie durch den Fleischwolf gedreht habe, hat mich überzeugt. Das Hackfleisch war in dem in den letzten Tagen zubereiteten Auflauf sehr lecker. Diesmal hatte ich noch einen halben Kürbis übrig, den ich füllen wollte. Ich wählte dafür das Hackfleisch und zusätzlich grob geraspelte rohe Kartoffeln. Verfeinert habe die Mischung mit einer Schalotte und Knoblauch. Und die fruchtig-pikante Soul-Girl-Gewürzmischung und Hot Madras Curry Pulver bringen eine wohlschmeckende Würze in die Füllung.

Grob zerteilter Kürbis braucht zum Garen allein schon etwa 30 Minuten im Backofen. Da nun auch die Füllung im Kürbis mitgegart werden soll, wickle ich Kürbis mit Füllung in Alufolie und backe beides 1 Stunde im Backofen. Der Kürbis ist danach natürlich sehr weich. Und die Füllung ist aufgrund der saftigen, grob geraspelten Kartoffeln ebenfalls angenehm weich. Zu dem gefüllten Kürbis würde eine leichte Sauce passen, vielleicht mit Weißwein zubereitet. Der Einfachheit halber kann man aber auch einfach zwei Schrippen dazu essen.

Zutaten:

- ½ Hokkaidokürbis (etwa 700 g)
- 150 g Hähnchenherzen
- 110 g Hähnchenmägen
- 2 Kartoffeln
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Soul-Girl-Gewürzmischung (weißer und schwarzer Pfeffer, Paprikapulver, Kümmel, Koriandersamen, Zucker, Cayennepfeffer, rote Preisbeeren, jeweils gemahlen)
- 1 TL Hot Madras Curry Pulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 1 Std.

Sehr schmackhaft

Hähnchenmägen von Sehnen befreien. Hähnchenherzen und -mägen durch den Fleischwolf drehen. Kartoffeln, Schalotte und Knoblauchzehen schälen. Kartoffeln in der Küchenmaschine grob raspeln. Schalotte und Knoblauch kleinschneiden. Alles in eine Schüssel geben, mit Gewürzmischung, Curry, Salz und Pfeffer würzen, gut vermengen und etwas ziehen lassen.

Kürbis putzen, Kürbiskerne entfernen und den Kürbis schälen. Mit der Füllung füllen und diese etwas festdrücken. Backofen auf 180 ºC Umluft erhitzen. Kürbishälfte mit Füllung mit Alufolie umwickeln und verschließen und in einer Auflaufform auf mittlerer Ebene für 1 Stunde in den Backofen geben. Herausnehmen und Alufolie entfernen. Kürbishälfte mit Füllung halbieren, auf zwei Teller geben und servieren. Dazu jeweils eine Schrippe reichen.

Halloween – Kürbiskuchen

Leckerer Kuchen, nicht ganz so orange wie der Kürbis

Für mich eher ungewohnt, weil ich normalerweise nichts Besonderes oder Spezielles zu Halloween zubereite. Aber für diesen Kuchen fand ich neulich ein Rezept, und ich habe ihn bisher noch nicht zubereitet. Zudem ist es ein preiswerter Kuchen, da ich einen Hokkaidokürbis mit etwa 1,5 kg Gewicht für € 1,25 bekommen habe und für den Kuchen nur 500 g benötige. Schön kürbisorange wurde mein Kürbiskuchen zwar nicht, das mag mit meiner Zubereitung oder dem verwendeten Kürbis zusammenhängen. Der Kuchen schmeckt – auch aufgrund der verwendeten Gewürze – etwas ungewohnt, aber sehr lecker. Er erinnert eher an eine Tarte, eine Quiche oder auch einen Flammkuchen. Ich kann mir vorstellen, dass sich der Kuchen mit einer Variation des Rezepts oder einem anderen Rezept auch gut mit Kürbis und Speck zubereiten ließe.

Somit bereite ich dieses Jahr nun zeitlich passend und traditionell zu Halloween etwas Kulinarisches zu. Aus diesem Grund veröffentliche ich dieses Rezept auch pünktlich um genau

Mitternacht. Halloween lässt grüßen.

Zutaten:

Für den Mürbeteig:

- 250 g Mehl
- ½ TL Backpulver
- 80 g Zucker
- 125 g Butter oder Margarine
- 1 Ei
- 1 Prise Salz

Für die Füllung:

- 500 g Hokkaidokürbis (etwa 1/2 Kürbis mittlerer Größe)
- 300 ml Kondensmilch (10 % Fett)
- 2 Eier
- 2 Eigelbe
- 1 TL gemahlener Zimt
- ½ TL gemahlener Ingwer
- ½ TL gemahlene Muskatnuss
- 1 Gewürznelke
- ½ TL Salz

- Butter oder Margarine

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 45 Min. | Garzeit 80 Min.

Für den Mürbeteig:
Mehl mit Backpulver in eine Rührschüssel geben. Zucker, Butter, Ei und Salz hinzugeben und mit einem Rührgerät zu einem Teig kneten. Dann den Teig mit der Hand etwas durchkneten. Für 30 Minuten in den Kühlschrank geben.

Für die Füllung:
Währenddessen den Kürbis putzen, schälen und in grobe Stücke schneiden. Backofen auf 150 °C Umluft erhitzen, Kürbisstücke auf ein Backblech geben, dieses auf mittlerer Ebene für 30 Minuten in den Backofen geben und die Kürbisstücke weich

backen. Dann Kürbisstücke in eine Rührschüssel geben und mit einem Pürierstab fein pürieren. Es empfiehlt sich, etwas von der Kondensmilch hinzuzugeben, dann geht das Pürieren leichter. Restliche Kondensmilch, Eier und Eigelbe hinzugeben. Gewürznelke in einem Mörser fein mörsern. Gewürze und Salz hinzugeben. Mit dem Rührgerät einige Minuten gut verrühren. Wer das erste Mal diesen Kuchen zubereitet, ist sicherlich über die Füllung verwundert, die doch sehr flüssig ist. Sie erinnert eher an eine Puddingmasse vor dem Kochen. Aber die Eier stocken beim Backen im Backofen, so dass die Masse fest wird.

Ungewohnt, aber doch lecker

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen. Eine Springform mit Pergamentpapier, einem Backpinsel oder der Hand mit etwas Butter einfetten. Mürbeteig aus dem Kühlschrank nehmen, möglichst mit der flachen Hand auf dem Backformboden flach ausdrücken und am Rand der Form einen einige Zentimeter hohen Teigrand andrücken. Kürbisfüllung auf den ausgewälzten Teig in die Springform geben und die Backform für 50 Minuten auf mittlerer Ebene in den Backofen geben. Backform herausnehmen,

Kuchen vorsichtig von der Form lösen, auf ein Kuchengitter geben und gut auskühlen lassen.

Wer möchte, kann den Kürbiskuchen mit Schlagsahne servieren.

Butternuß-Kürbis mit Safranreis und Hackfleisch-Gemüse-Sauce

Butternuß-Kürbis-Gemüse, gelber Safranreis und Hackfleisch-Gemüse-Sauce

Plan A sah eigentlich vor, gefüllte Kürbisse zuzubereiten, mit einem Butternuß-Kürbis und einem halben Hokkaido-Kürbis, mit Käse überbacken. Leider geriet die vorgegarte Hackfleischfüllung etwas zu flüssig. Der Weißwein war nicht das Problem, aber es war auch Sahne in der für die Füllung

vorgesehenen Hackfleisch-Gemüse-Mischung. Diese lässt sich aber nur schwer reduzieren, damit man eine kompakte Masse für eine Füllung hat.

Also trat Plan B in Kraft und es kam noch Reis hinzu, der Butternuß-Kürbis wurde nicht gefüllt, sondern kleingeschnitten als Kürbisgemüse serviert und die Hackfleisch-Gemüse-Sauce war die Zugabe und Abrundung für das Ganze.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Butternuß-Kürbis
- ½ TL Honig
- Butter

- 250 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Champignon
- ¼–½ roter Paprika
- ½ Wurzel
- 1 rote Chilischote
- 1 TL Tomatenmark
- trockener Weißwein
- 1 TL Senf
- 1 TL grüne, eingelegte Pfefferkörner
- 100 ml Sahne
- Koriander
- Kreuzkümmel
- getrockneter Majoran
- getrockneter Thymian
- süßes Paprikapulver

- 1 Tasse Rundkornreis
- 0,2 g Safran

- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 40 Min.

Zuerst den Kürbis zubereiten. Den Butternuß-Kürbis der Länge nach halbieren und das Fruchtfleisch entfernen. Die Schale eines Butternuß-Kürbis lässt im Gegensatz zu der Schale eines Hokkaido-Kürbis nicht essen, sie ist spröde und dröge. Also entweder vor dem Backen den Kürbis schälen. Oder nach dem Backen die Schale vom butterweichen Kürbis einfach mit einem Messer abziehen. Die Kürbishälften mit Olivenöl bestreichen oder einsprayen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Backofen auf 180° C Umluft erhitzen und die Kürbishälften auf einem Backblech auf mittlerer Ebene 30 Minuten backen.

Währenddessen Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Champignon in kleine Stücke schneiden. Die halbe Wurzel schälen und auf einer Küchenreibe grob raspeln. Die Paprikaschote in kleine Stücke schneiden. Chilischote ebenfalls kleinschneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und Zwiebel, Knoblauchzehen und Champignon anbraten. Dann die gehobelte Wurzel, Paprikaschote und Chilischote dazugeben und ebenfalls mit anbraten. Dann das Hackfleisch dazugeben und auch kross anbraten. Eventuell noch etwas Olivenöl hinzugeben zum besseren Braten. Das Tomatenmark hinzugeben und mit anbraten. Dann mit einem kräftigen Schuss Weißwein ablöschen, den Senf und die Pfefferkörner hinzugeben und ebenfalls die Sahne. Mit einer Prise Koriander, Kreuzkümmel, etwas Majoran und Thymian würzen. Dann noch mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Etwa 10–20 Minuten bei geringer Temperatur köcheln und reduzieren lassen.

Währenddessen 3 Tassen Wasser in einen kleinen Topf geben und zum Kochen bringen. Den Reis hinzugeben und bei ganz geringer Temperatur 10–15 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss den Safran hinzugeben und den Reis damit würzen und gelb einfärben.
Ein optisches Pendant zum gebackenen Kürbis. Das ganze Wasser

verkochen lassen, dann kann man den Reis in eine Schale drücken, auf die Teller stürzen und optisch ansprechend anrichten.

Den gebackenen Kürbis in Stücke schneiden, in einer kleinen Pfanne mit Butter anbraten und mit etwas Honig karamellisieren.

Den kleingeschnittenen Butternuß-Kürbis auf zwei großen Tellern anrichten. Daneben den Reis in Schalenform stürzen. Beides großzügig mit der Hackfleisch-Gemüse-Sauce übergießen.

Schweinefiletauflauf mit Gemüse und Kürbis-Käse-Sauce

Auflauf

Hier bot sich die zweite Verwendungsmöglichkeit für die

gestrige Kürbis-Käse-Sauce an, von der noch reichlich vorhanden war. Und dies ist somit mein zweites Rezept mit Kürbis. Weitere werden noch folgen, denn ich habe noch 3/4 des Hokkaidokürbis übrig – und zusätzlich sogar noch einen Butternußkürbis gekauft. Für letzteren habe ich aber schon ein Rezept.

Der Übersichtlichkeit halber liste ich die Zutaten und die Zubereitung der Kürbis-Käse-Sauce hier nochmal auf. Mit dem Schweinefilet und dem Gemüse lässt sich so ein sehr leckerer Auflauf zubereiten. Optisch ist das Gericht natürlich nicht so ganz hinreißend, denn – wie es bei einem Auflauf eben der Fall ist – es sind alle Zutaten durcheinander gekleckert.

Zutaten für 3 Personen:

- 500 g Schweinefilet
- scharfer Senf
- Mehl
- Cognac
- Schweineschmalz

- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote, getrocknete Pepperoni
- 7 Champignons
- 1 Stange Lauch
- 10–12 kleine, festkochende Kartoffeln
- trockener Weißwein
- 100 ml Sahne
- 100 ml Gemüsefond
- 2 Scheiben gekochter, gewürfelter Schinken

Zutaten für die Kürbis-Käse-Sauce:

- 200 g Hokkaido-Kürbisfleisch
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- ein kleines Stück frischer Ingwer

- trockener Weißwein
- 100 ml Sahne
- 100 ml Gemüsefond
- 100 g französischer Brie
- einige Zweige frische Petersilie
- einige Zweige frischer Thymian
- ¼ Zitrone (Saft)
- 150 g Hartkäse (z.B. Edamer)
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Knoblauch- oder normale Butter

- 100 ml Sahne
- 4 Scheiben Hartkäse (z.B. Edamer)
- Salz
- Pfeffer
- Muskat

Zubereitungszeit: Sauce 30 Min. evtl. 1 ½ Stdn. | Vorbereitungszeit 30 Min. | Backzeit 30 Min.

Zuerst die Kürbis-Käse-Sauce zubereiten. Dazu den Kürbis grob raspeln. Die Schalotten, Knoblauchzehen und den Ingwer schälen und kleinschneiden. In einem Topf Knoblauchbutter oder normale Butter erhitzen und Schalotten, Knoblauchzehen und Ingwer darin anbraten und glasig dünsten. Dann den geraspelten Kürbis dazu geben und mit andünsten. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Den Gemüsefond und die Sahne hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebenem Muskat würzen. Die kleingewiegte Petersilie hinzugeben. Den frischen, zerkleinerten Thymian oder alternativ ½–1 TL getrockneten Thymian hinzugeben und mitköcheln. Den Brie kleinschneiden – man kann auch die Rinde mitverwenden, die wird sich im Laufe des Köchelns in der Sauce auflösen – und in die Sauce hinzugeben. Mit dem Zitronensaft abschmecken. Bei geringer Temperatur etwas köcheln lassen.

Eine Käse-Sauce sollte recht sämig sein, sehr konzentriert

schmecken und der aufgelöste Käse darin Fäden ziehen, so dass sie eine kompakte Konsistenz hat – was ja auch für das Überbacken im Auflauf wichtig ist. Daher die Sauce unzugedeckt bei geringer Temperatur noch eine Stunde köcheln und reduzieren lassen, um einen noch kräftigeren Geschmack zu erhalten. Dann gibt man den kleingeschnittenem Hartkäse hinzu und löst ihn in der Sauce auf. Der Hartkäse würde die Sauce vor dem Reduzieren zu kompakt machen und vermutlich anbrennen. Mit Salz und Pfeffer nochmals abschmecken.

Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Ebenso die Pepperoni kleinschneiden. Die Lauchstange in dünne Scheiben schneiden. Die Champignons in dünne Scheiben schneiden. Die Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden.

Das Schweinefilet in 2–3 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Senf dünn bestreichen und in Mehl wenden. Das Schweineschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Schweinefiletscheiben im Schweineschmalz kurz auf jeweils beiden Seiten anbraten, bis sie leicht kross angebraten sind. Mit einem Schuss Cognac ablöschen und flambieren. Dann herausnehmen und mit dem Cognacfond zur Seite stellen.

Butter in die Pfanne geben und erhitzen und Schalotten, Knoblauch und Pepperoni darin anbraten. Dann die Champignons dazugeben. Dann den Lauch. Schließlich noch die Kartoffelstücke. Alles ein wenig köcheln. Mit dem Weißwein ablöschen. Den Gemüsefond und die Sahne hinzugeben. Schließlich noch den Schinken hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Das Ganze in eine große Auflaufform geben. Die gebratenen Schweinefiletscheiben darüber legen, dann die zubereitete Kürbis-Käse-Sauce kräftig darüber verteilen. Noch mit 100 ml Sahne auffüllen. Und die Käsescheiben zum zusätzlichen Überbacken darauf verteilen. Den Backofen auf 180° C Umluft erhitzen, die Auflaufform auf mittlerer Ebene hineinschieben

und ca. 30 Min. backen. Auf großen Tellern anrichten.