




# Brokkoli-Gnocchi-Auflauf mit Schinken

 Zeit gesamt  
45min

 Zubereitungszeit  
30min

 Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Salz

|                      |        |
|----------------------|--------|
| Brokkoli             | 1 St.  |
| Zwiebeln, gelb       | 1 St.  |
| Kochschinken         | 200 g  |
| Butter               | 3 EL   |
| Weizenmehl, Type 405 | 3 EL   |
| Milch                | 500 ml |
| Pfeffer, schwarz     |        |
| Muskatnuss, gemahlen |        |
| Gnocchi, frisch      | 600 g  |
| Emmentaler gerieben  | 200 g  |
| Basilikum, frisch    | 20 g   |

## Zubereitung

 Küchenutensilien

kleiner Topf, großer Topf, große Auflaufform, Sieb

1. Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Brokkoli waschen, trocken schütteln und ca. 2 cm kleine Röschen abbrechen. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Kochschinken ebenfalls würfeln.
2. Für die Béchamelsauce in einem Topf Butter bei mittlerer Stufe schmelzen und Zwiebeln ca. 1 Min. andünsten. Mit Mehl bestäuben, unterrühren, ca. 1 Min. anschwitzen und mit Milch unter ständigem Rühren ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken.
3. Brokkoli im kochenden Salzwasser ca. 2 Min. garen. Gnocchi zugeben und nochmals ca. 4 Min. kochen. In ein Sieb abgießen und kurz abtropfen lassen.
4. Gnocchi mit Brokkoli in eine Auflaufform gießen und mit Béchamelsauce und Kochschinken vermengen. Mit Käse bestreut im Ofen ca. 20 Min. goldgelb überbacken. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen. Auflauf aus dem Ofen nehmen, auf Tellern verteilen und mit Basilikum bestreut servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 693 kcal

---

Kohlenhydrate 71 g

---

Eiweiß 38 g

---

Ballaststoffe 7 g

---

Fette 29 g

---