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