

Überbackenes Gemüse mit Krokettten

Zeit gesamt
30min



Zubereitungszeit
10min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Thymian, frisch	5 g
Pfannengemüse	800
Feinschmecker, tiefgefroren	g
Salz	
Crème fraîche	200 g
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Emmentaler gerieben	200 g
Krokettten	800 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, große Auflaufform, Backblech mit Backpapier, Sieb

1. Ofen bei 180 °C (Umluft) vorheizen. Thymian waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen streifen. In einem Topf ca. 2 l Salzwasser aufkochen und gefrorenes Pfannengemüse ca. 4 Min. garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Crème fraîche im Becher mit Salz und Pfeffer verrühren. In einer Auflaufform Gemüse mit Crème fraîche vermengen und mit Käse bestreuen. Krokettten auf einem Backblech mit Backpapier verteilen und zusammen mit der Auflaufform im Ofen ca. 20 Min. goldbraun backen.
3. Überbackenes Gemüse mit Krokettten aus dem Ofen nehmen, mit Thymian bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	736 kcal
Kohlenhydrate	61 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	42 g