



Überbackenes Gemüse mit Kroketten

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	
Emmentaler gerieben	200 g
Kroketten	800 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

großer Topf, große Auflaufform, Backblech mit Backpapier, Sieb

1. Ofen bei 180 °C (Umluft) vorheizen. Thyman 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. Kroketten auf einem Backblech mit Backpapier verteilen und zusammen mit der Auflaufform im Ofen ca. 20 Min. goldbraun backen.
3. Überbackenes Gemüse mit Kroketten aus dem Ofen nehmen, mit Thymin bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

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