



# Wirsing-Auflauf mit Kartoffelhaube

Zeit gesamt  
🕒 40min

Zubereitungszeit  
🍲 25min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, mehligkochend	600 g
Salz	
Wirsing	1 St.
Karotten	4 St.
Öl	2 EL
Schinkenwürfel	125 g
Pfeffer, schwarz	
Milch	100 ml
Butter	2 EL

## Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, großer Topf mit Deckel, Sieb

1. Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. In einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen und auf mittlerer Stufe ca. 10 Min. weich kochen.
2. Wirsing waschen, Strunk entfernen und Blätter in dünne Streifen schneiden. Karotten waschen, schälen, Enden entfernen und Karotten in dünne Scheiben schneiden.
3. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Schinkenwürfel, Wirsing und Karotten ca. 4 Min. anbraten. 100 ml Wasser dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Kartoffeln mithilfe des Deckels abgießen. Milch und Butter zugeben und mit einem Kartoffelstampfer zu Püree stampfen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Wirsing-Schinken-Pfanne abschmecken, in eine Auflaufform geben, Kartoffelpüree darüber verteilen, mit einem Löffel oder einer Gabel verstreichen und im Ofen ca. 15 Min. backen. Wirsing-Auflauf mit Kartoffelhaube heiß servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	386 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	16 g
Ballaststoffe	12 g
Fette	15 g