

Buntes Gemüse-Gratin

Zutaten:

3 EL	Weizen-Vollkornmehl
	Salz
2 EL	5-Korn-Getreideflockenmischung
30g	Butter
285g	Mais
250g	Kidneybohnen
1 Stange	Lauch
2 Knollen	Fenchel
1 EL	Olivenöl
1	Zucchini
	Pfeffer
0,5 Bund	Schnittlauch
4 Stiele	Petersilie
250g	Joghurt



Zubereitung:

Mehl, 1 Prise Salz und Flockenmischung in einer kleinen Schüssel mischen. Butter in kleine Stückchen schneiden, mit 2 EL kaltem Wasser unterkneten und kalt stellen.

Mais und Kidneybohnen in ein Sieb geben, abspülen und abtropfen lassen.

Lauch längs halbieren, waschen, putzen und in schmale Ringe schneiden.

Fenchel abspülen, putzen, das Fenchelgrün beiseitelegen. Knollen halbieren und in etwa 1 cm breite Streifen schneiden.

Olivenöl in einem Topf erhitzen, Lauch und Fenchel darin 2 Minuten andünsten. Gemüsebrühe zugeben, aufkochen und das Gemüse zugedeckt bei kleiner Hitze 5-7 Minuten dünsten.

Zucchini waschen, putzen, längs halbieren und in etwa 1 cm breite Scheiben schneiden. Zum Fenchel-Lauch-Gemüse geben, salzen, pfeffern und vom Herd nehmen.

Alle Gemüse in einer flachen Auflaufform (ca. 1,5 l Inhalt) verteilen, die kalten Streusel darüberkrümeln und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft 180 C, Gasherd: Stufe 3) etwa 35 Minuten überbacken.

Inzwischen Schnittlauch und Petersilie abspülen und trockenschütteln. Etwas Schnittlauch beiseitelegen, Rest in feine Röllchen schneiden. Petersilienblätter abzupfen und zusammen mit dem Fenchelgrün fein hacken.

Die zerkleinerten Kräuter in einer Schüssel mit dem Joghurt verrühren. Salzen und pfeffern. Gemüse-Gratin mit restlichem Schnittlauch garnieren und mit dem Kräuterjoghurt servieren.

Fuego