

## Kartoffel-Spargel-Gratin

Auflaufform einfetten

### Zutaten für 4 Personen

2 Eßl. Butter / 2 Eßl. Mehl

600 ml Milch ( 1,5%)

etwas Salz und 1 Messerspitze Muskatnuss (nach Belieben)

800 g Kartoffeln

250 g grünen Spargel

1 Teel. Öl

etwas Pfeffer

100 g geriebenen mittelalten Gouda

### Zubereitung:

Kartoffeln in Salzwasser kochen (nicht zu weich / schnittfest)

Spargel im unteren Drittel schälen und holzige Enden abschneiden

Spargel halbieren und in etwas Öl leicht anbraten

Backofen vorheizen

Soße herstellen:

Butter erhitzen und Mehl einrühren mit der Milch angießen und aufkochen

Würzen mit: Salz, Muskatnuss, ggf. mit etwas Gemüsebrühe

Kartoffeln in die Form geben, Spargel darauf verteilen gut mit Soße bedecken

Käse reiben und darüber streuen

Bei 200°C (Umluft 180°C) auf mittlerer Schiene ca. 40 Min. goldbraun überbacken

dazu schmeckt Tomatensalat

### **Nährwerte. ca. Angaben pro Portion:**

| kcal. | E    | F    | KH   | BE  |
|-------|------|------|------|-----|
| 405   | 17 g | 18 g | 42 g | 3,5 |

