

„Quinoa-Gratin mit Lauch“

(Gratin de quinoa aux poireaux, béchamel au parmesan)

Übersicht	Zutaten
Gang : Vorspeise, Beilage Portionen : 6-8 Schwierigkeitsgrad: Einfach Vorbereitungszeit: 35 Min.	<ul style="list-style-type: none">• 500 g ETHIQUABLE Quinoa• 3 Lauchstangen• 500 ml Milch• 30 g Butter• 30 g Mehl• 4 Esslöffel geriebener Parmesan• 100 g geriebener Rohmilchkäse (z.B. Comte)• 1 Brühwürfel• Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung

- *Den Lauch in dünne Scheiben schneiden und waschen.*
- *Das Quinoa waschen.*
- *Das Quinoa muss mit der 2 fachen Menge an Wasser gekocht werden. Er hitzen Sie ausreichend Wasser und geben Sie den Brühwürfel und das Quinoa hinzu. Das Quinoa muss während der etwa 20 minütigen Kochzeit das ganze Wasser absorbieren.*
- *Während das Quinoa kocht, bereiten Sie die Béchamelsoße vor. Schmelzen Sie dazu die Butter und lassen Sie das Mehl über diese rieseln. Geben Sie unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen die Milch hinzu. Wenn die Béchamelsoße andickt, wird sie vom Feuer genommen und mit dem Parmesan vermischt. Die Soße zum Schluss salzen und pfeffern.*
- *Wenn der Lauch weich ist, diesen zur Soße geben. Das Quinoa und die Soße in eine Auflaufform platzieren und mit dem Käse bestreuen.*
- *15 Minuten bei 200 Grad backen.*

Blog „Les délices d'Hélène“

Bereitgestellt durch Hélène

<http://delicesdhelene.over-blog.com/>

Bon appetit!