

Gemüse - Reis - Auflauf

Zutaten:

300 g Reis
300 g Möhren
300 g Zucchini
300 g Kohlrabi
150 g Cherry - Tomaten
1 Paprika
150 g gekochter Schinken
8 Eier
350 ml Milch
200 g geriebener Käse
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- Reis in Salzwasser garen.
- Möhren, Zucchini und Kohlrabi fein raspeln.
- Tomaten, Paprika und Schinken in klein schneiden.
- Möhren, Zucchini und Kohlrabi in einer Pfanne etwas andünsten.
- Milch, Eier und Gewürze verrühren.
- Gemüse, Reis und Eiermilch gut vermischen.
- Die halbe Käsemenge unterrühren.
- Mischung in eine gefettete Auflaufform geben.
- Mit dem Restkäse überstreuen.
- Bei 200° C etwa 50 Minuten überbacken.