

**PORTIONEN**

3-4

**ZEIT GESAMT**

30 min

**LEVEL**

easy

Rezept

## SCHNELLER KÜRBISAUFLAUF

---

Die Blätter färben sich bunt und der Wind wird kälter – ziemlich eindeutig – es ist Herbst!

Spätestens, wenn man die Vielfalt an essbaren Kürbissen in jedem Supermarkt, auf dem Markt oder auch an den Verkaufsständen der Bauern sieht, ist es spätestens klar.

Ich hatte von meinen **Kürbis-Gnocchi** noch einen halben Butternut-Kürbis übrig, der verarbeitet werden wollte, also kam dieser schnelle Auflauf zustande. Einfach, schnell und lecker – es muss ja nicht immer kapriziös sein, oder?

## ZUTATEN

---

- 1/2 **Butternutkürbis**
- 4 mittlere Karotten
- 3 Rindswurstchen
- 150 g geriebener Käse (hier Gouda)
- 150 ml **Sahne**
- 100 g Frischkäse
- 2 Eier (bei mir immer Größe L)
- Gewürze (Salz, Paprika, Muskatnuss)



*Etwas warmes braucht der Mensch – kennst Du diesen Spruch noch?*



## SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

### SCHRITT 1

Den Kürbis entkernen, schälen und in Würfel schneiden. Die Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Beides sollte mundgerecht sein, also nicht zu grob aber auch nicht zu fein.

### SCHRITT 2

In einem Topf mit etwas Wasser und Salz den Kürbis und die Karotten bissfest garen.

### SCHRITT 3

Ofen auf ca. 160 Grad Umluft vorheizen.

Rindswurstchen in Scheiben schneiden und in einer Auflaufform mit etwas Olivenöl gleichmäßig verteilen.

### SCHRITT 4

Kürbis-Karotten-Gemüse abschütten und dann zu den Rindswurstchen in der Auflaufform verteilen. Frischkäse, Eier, Sahne und Gewürze (nach Geschmack) gut miteinander mischen, den geriebenen Käse dazugeben und unter mischen.

Nun diese Mischung auf dem Gemüse verteilen.

### SCHRITT 5

Auflaufform für ca. 15-20 min in den Ofen geben, bis der Käse goldbraun ist und es in der Auflaufform ordentlich brutzelt.

Dann heißt es nur noch anrichten und genießen.