

Brokkoli-Gratin

Für 4 Portionen

800 g Brokkoli	Salz, Butter	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 EL Butter	1 EL Weizenmehl 405
200 ml Milch	100 ml Sahne	100 g Emmentaler
Muskatnuss	Pfeffer	

Den Brokkoli waschen und in Röschen teilen. Den Strunk schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Brokkoli in kochendem Salzwasser 3-4 Minuten blanchieren, dann in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit Butter einfetten und den Brokkoli darin verteilen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Butter in einem Topf auf mittlerer Stufe schmelzen und Zwiebel sowie Knoblauch darin glasig dünsten.

Das Mehl zugeben und unter Rühren anschwitzen. Mit Milch und Sahne ablöschen und alles unter ständigem Rühren aufkochen. Die Hälfte vom Käse einrühren und mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce einige Minuten köcheln lassen, bis sie leicht eindickt.

Die Sauce über den Brokkoli in der Form geben und mit dem restlichen Käse bestreuen. Das Gratin im heißen Ofen 20-25 Minuten überbacken, bis die Oberfläche goldbraun ist.

NN am 13. April 2026