

## Brokkoli Auflauf mit Käse überbacken

### Zutaten für 4 Portionen:

- 600 g Brokkoli (Gewicht ohne Strunk)
- 1,5 Liter Wasser
- 2 TL Salz

### Für die Sauce:

- 80 g Butter
- 80 g Weizenmehl
- 400 ml Milch
- 500 ml Kochwasser vom Brokkoli
- ½ TL Salz
- ½ TL Muskat
- 1 Prise Pfeffer



### Zum Überbacken:

- 150 g geriebener Käse (wir nehmen gern Gouda)

**Arbeitszeit:** ca. 15 Minuten

**Kochzeit/Backzeit:** ca. 35 Minuten

**Gesamtzeit aktiv:** ca. 50 Minuten

### Zubereitung:

1. **Brokkoli vorkochen:** Spüle den Brokkoli ab und teile ihn in Röschen. Gib das Wasser mit Salz in einen Topf. Koche den Brokkoli 5 Minuten.

Nimm die Brokkoliröschen aus dem Kochwasser und lege sie in eine Auflaufform.

2. Heize den Backofen auf **200 Grad Ober-/Unterhitze** vor.
3. **Soße für Brokkoli kochen:** Schmelze die Butter in einem Topf. Rühre das Mehl unter. Gieße nach und nach die Milch und das Brokkoli Kochwasser hinzu.

Würze die Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskat. Gieße sie über die Brokkoliröschen.

4. **Brokkoli Auflauf überbacken:** Verteile den geriebenen Käse auf der Auflaufform.

Überbacke den Brokkoli im Ofen **30 Minuten**, bis er goldgelb ist.

Wir essen den Brokkoli Auflauf gern pur als **Hauptgericht**. Sehr gut eignet sich Auflauf mit Brokkoli aber auch als köstliche **Beilage** zu Fleisch, Kartoffeln oder Fisch!

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

