



### **Blumenkohl-Kohlrabi-Auflauf mit Minzpesto**

#### **Zutaten für 5-6 Portionen**

2 Bund Minze  
50 g Mandeln, gehackt  
6 EL Orangensaft  
4 EL Olivenöl  
30 g Parmesan, sehr fein gerieben  
200 g Bulgur  
600 ml Gemüsebrühe  
300 g Blumenkohlrischen  
2 kleine Kohlrabi  
2 Karotten  
150 g Frischkäse

150 ml Gemüsebrühe

Salz  
Pfeffer  
Majoran

Die Minze waschen, trockentupfen und hacken. Die Mandeln mit dem Orangensaft und dem Öl vermengen. Den Parmesan reiben und untermengen

Bulgur nach Packungsanleitung in Gemüsebrühe kochen. Blumenkohl vom Strunk lösen, in sehr kleine Röschen teilen und in einem Sieb unter Wasser waschen. Kohlrabi schälen, in feine Scheiben schneiden und diese Scheiben dann stiften. Karotten schälen und fein würfeln. Öl in einer breiten Pfanne oder einem Bräter erhitzen, den Blumenkohl darin andünsten, nach 3 Minuten die Karottenwürfel hinzufügen.

Dann mit Brühe ablöschen und weitere 5 Minuten garen. Die Kohlrabistifte anschließend hinzufügen. Den Frischkäse einrühren. Mit Pfeffer, Salz und Majoran abschmecken.

Gekochten Bulgur in eine Auflaufform geben. Das Gemüse darüber geben und das Minzpesto auf der Oberfläche verteilen. Im Ofen bei 180 °C 15 Minuten backen.