



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

**GEFRO GmbH & Co. KG**  
87697 Memmingen / Allgäu  
Telefon 08331 / 95 95 0  
Telefax 08331 / 95 95 17  
E-Mail: [info@gefro.de](mailto:info@gefro.de)

## Einkaufszettel

### Käsefondue-Auflauf mit Lauch und Röstbrot

- 50 g GEFRO BIO Helle Soße
- 2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 300 g Bauernbrot
- 800 g Lauch
- 120 g Bergkäse
- 120 g Emmentaler
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 EL Knoblauchzehe
- 500 ml Milch
- Muskatnuss, frisch gerieben
- Pfeffer, frisch gemahlen

Weitere tolle Rezepte findest du unter [www.gefro.de](http://www.gefro.de)

## Käsefondue-Auflauf mit Lauch und Röstbrot

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 70 Minuten

Nährwerte pro Portion:

34,2 g Fett 53,2 g Kohlenhydrate 30,7 g Eiweiß 8,9 g Ballaststoffe  
653 kcal Brennwert

### 1 Brot rösten:

Den Ofen auf 200 °C vorheizen.

300 g Bauernbrot in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, vierteln und auf ein Backblech legen.

8 Minuten im Ofen rösten, bis das Brot knusprig ist.

### 2 Lauch vorbereiten:

800 g Lauch putzen, längs halbieren und in etwa 1 cm breite Streifen schneiden.

Gründlich waschen und gut abtropfen lassen.

### 3 Käse-Lauch-Mischung anrichten:

Je 120 g Bergkäse und Emmentaler grob reiben.

Jeweils 80 g Käse mit dem Lauch vermengen.

Die Mischung in einer großen Auflaufform verteilen.

#### **4 Soße kochen:**

1 Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden.

1 Knoblauchzehe schälen und fein hacken.

2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten.

Den Knoblauch kurz mitdünsten.

Mit 500 ml Milch ablöschen und 50 g GEFRO BIO Helle Soße einrühren.

Aufkochen lassen, dann mit Muskatnuss und Pfeffer würzen.

Die Soße über den Lauch in der Form verteilen.

#### **5 Auflauf garen:**

Die Auflaufform mit Alufolie abdecken und etwa 45 Minuten im Ofen garen.

6 Röstbrot & Käse hinzufügen:

Die Form aus dem Ofen nehmen.

Die gerösteten Brotscheiben gleichmäßig in die Auflaufform schichten.

Mit dem restlichen Bergkäse und Emmentaler bestreuen.

#### **6 überbacken & Servieren:**

Den Auflauf erneut in den Ofen geben und goldbraun überbacken.

#### **Tipps & Varianten**

Tipp: Für extra Aroma die Brotscheiben vor dem Rösten leicht mit GEFRO Bio

Olivenöl Nativ Extra beträufeln - das macht sie noch knuspriger und würziger.

Variante Wer es herzhafter mag, kann vor dem Überbacken noch knusprig gebratene Speckwürfel über den Auflauf streuen.