

# Romanesco-Karfiol-Auflauf



Einen **Romanesco** und einen **Karfiol** in Röschen zerteilen und kurz bissfest kochen. 4-5 **Kartoffeln** schälen, in Würfel schneiden und weich kochen (5-7 Minuten).

Währenddessen eine Bechamel zubereiten: (wenig) **Rapsöl** heiß werden lassen und 2-3 Esslöffel **Mehl** darin anrösten. danach mit ca 0,3l **Hafermilch** (oder pflanzlicher Milch eurer Wahl – notfalls geht es auch mit Wasser oder Gemüsesuppe) aufgießen, **Salz, Pfeffer, Kümmel**, eventuell **Knoblauch** und 3 EL **Hefeflocken** (optional 3 EL geriebener **veganer Käse**) hinzufügen und unter Rühren aufkochen und dick köcheln lassen.

In einer befetteten Auflaufform Romanesco, Karfiol und Kartoffeln verteilen, die Bechamel darübergießen und im Backrohr ca 20 Minuten lang überbacken.

Share this: