

Lauchröllchen

Würzig-schmackhafte Röllchen aus Lauch und Schinken, überbacken mit einer Joghurtsoße und Käse. Ein herrliches Gericht mit viel Gemüse und einer unnachahmlich geschmackvollen Soße. Übrigens, Lauch lässt sich bestens durch länglich geschnittene, vorgekochte Karotten oder Spargel ersetzen ☐

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei siehe Tipp am Rezeptende



Für 12 Röllchen = etwa 3 – 4 Personen

5 Stangen Lauch

250g gekochter Schinken

300g Naturjoghurt (ggf. laktosefrei)

2 TL Fleisch- oder Gemüsebrühe

30g Mais- oder Reisstärke

200ml Wasser

Salz

Pfeffer

300g geriebenen Käse, z.B. Gouda (ggf. laktosefrei)

etwas Butter oder vegane Margarine für die Form

1. Lauch putzen, halbieren, waschen und in Stücke schneiden, sodass die Röllchen später gut in die Auflaufform passen, siehe Bild 1. Lauch bissfest kochen. Anschließend aus dem Wasser nehmen und abkühlen lassen.

2. Je etwas Lauch in eine Scheibe Schinken einrollen, sodass 12 Lauchröllchen entstehen. In eine mit Butter gefettete

Auflaufform einschichten.

3. Joghurt, Brühpulver, Stärke, Wasser, Salz und Pfeffer verrühren und auf die Röllchen gießen. Mit Käse bestreuen.

4. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 35 Minuten goldbraun backen.

Tipp: Als Beilage schmecken Salzkartoffeln köstlich.

Milchfrei – Tipp: Joghurt durch eine Alternative auf Soja- oder Mandelbasis tauschen. Auf eine vegane Streukäse-Alternative zurückgreifen. Beim Brühpulver auf Milchbestandteile achten.

Bild 1: Röllchen aus Lauch und Schinken herstellen.



Weitere Bilder: Fertige Lauchröllchen



