



Nanas Griess-Käse-Auflauf

Das ist für Spitzenköchin Annemarie Wildeisen ein Seelenwärmer pur! Der zart schmelzende Auflauf hat fast etwas von einem Soufflé und bringt nicht nur an kalten, sondern auch an anderen tristen Tagen wohlige Wärme in den Magen.

Wenn man zusätzlich noch ein paar Vitamine dazu kombinieren will, gibt es als Beilage einen reichhaltigen gemischten Salat. Annemarie Wildeisens Vater und dessen Kinder wünschten sich dazu von Nana, der Grossmutter der Kochbuchautorin, allerdings eher ein Apfelkompott – mit Stückchen und nicht als Mus!

Zutaten

Für 4–5 Personen

- 1/2 l Milch
- 1/2 l Wasser
- 25 g Butter
- 3/4 Teelöffel Salz
- 125 g Griess
- 200 g Gruyère
- 2 Eigelb
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- frisch geriebene Muskatnuss
- 2 Eiweiss

Zubereitung

1. In einem Topf Milch, Wasser, Butter und Salz aufkochen. Den Griess unter ständigem Rühren langsam einrieseln lassen und bei kleiner Hitze zugedeckt etwa 10 Minuten ausquellen lassen; einige Male umrühren, damit der Griessbrei nicht anbrennt.
2. Inzwischen den Backofen auf 220 Grad vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert). Eine Auflaufform gut ausbuttern.
3. Den Gruyère fein reiben und 3–4 Esslöffel davon zum Bestreuen beiseitestellen. Die Eigelbe mit etwas Pfeffer und Muskat verquirlen. Die Eiweisse mit 1 Prise Salz steif schlagen.
4. Nach 10 Minuten Garzeit den Gruyère und die Eigelbe unter den Griessbrei rühren. Wenn nötig nachwürzen. Zuletzt den Eischnee unterziehen. Sofort in die vorbereitete Form füllen und mit dem beiseitegestellten Gruyère bestreuen.
5. Den Griess-Käse-Auflauf im vorgeheizten Ofen auf der untersten Rille etwa 40 Minuten backen. Heiss servieren.

Aus dem Buch: «Seelenwärmer. Lustvoll kochen und geniessen», Annemarie Wildeisen, AT Verlag
Quelle: <https://zeitlupe.ch/panorama/essen-trinken/>