

Spargel-Kartoffel-Gratin

1kg Spargel	schälen und in ca, 5 cm lange Stücke schneiden
800 g Kartoffeln	schälen und in dünne Scheiben schneiden, Kartoffeln und Spargel ca. 10 – 15 Min in Salzwasser vorgaren und in eine Auflaufform mit dem flach einschichten.
1 – 2 TL Zitronenthymian	unter das Gemüse mischen
500 ml Milch 1,5%	in einem Topf zum kochen bringen und
2 TL Speisestärke	Mit
3 Ei Milch	anrühren und die kochende Milch binden, die Hälfte von
150 g fettarmer geriebener Käse	davon ca. 2/3 darin auflösen und die Kartoffel und den Spargel damit übergießen, mit
Pfeffer und Salz	würzen und den restlichen Käse drüberstreuen
im Backofen	bei 180 Grad ca. 25 Min. backen



Hier findest Du immer die neuesten Online-Shopping-Gutscheine. Spare schon bei Deinem nächsten Einkauf. [Klicke hier >>](#)

Guten Appetit

4 Portionen

Energiewert

1400 Kcal gesamt

nach WeightWatchers

35 ProPoints gesamt

WeightWatchers-Fitformel

Kohlehydrate, Milchprodukt, Gemüse

geeignet zum

**sofort genießen, aufwärmen,
mitnehmen**

Viel Spass beim Nachkochen.



**Hier findest Du immer die neuesten
Online-Shopping-Gutscheine.
Spare schon bei Deinem nächsten Einkauf.
Klicke hier >>**