Artikel vom 21.01.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 20:26 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/ueberbackener-lauch

Überbackener Lauch



Foto: Nadine Hörster

Zutaten (für 4 Personen):

1 kg Lauch

4 bis 5 Zwiebeln

250 g Speckwürfel

100 g Kochschinken

1 TL Zucker

Salz

Pfeffer

Paprikapulver

500 ml Brühe (Rind)

1 Ei

200 g Schlagsahne

¼ Bund Petersilie

12 Pflaumentomaten

200 g geriebenen Emmentaler

Zubereitung:

Zwiebeln pellen und in halbe Ringe schneiden. Wurzelansatz vom Lauch abschneiden, Lauch halbieren und in 10 cm lange Stücke schneiden, gründlich waschen und gut abtropfen lassen. Kochschinken in Würfel schneiden. Speckwürfel in einer Pfanne leicht knusprig braten. Kochschinken und Zwiebeln mitbraten. Zucker darüber streuen und leicht karamellisieren lassen. Lauch hinzugeben, alles mit Salz, Pfeffer und Paprika kräftig würzen. Mit der Brühe ablöschen und alles gute 10 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Petersilie waschen, trocken und klein hacken. Petersilie mit Ei und Sahne in einer Schüssel verrühren. Tomaten waschen und dritteln. Lauch-Speck-Gemüse aus der Pfanne nehmen, gut abtropfen lassen, falls die Brühe nicht ganz verkocht ist, und in eine Auflaufform geben. Ei-Sahne-Gemisch darüber gießen, Tomaten darüber verteilen und mit dem Käse bestreuen. Das ganze im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Umluft etwa 20 Minuten goldbraun überbacken. Pur oder mit Reis servieren.

Nadine Hörster