



Genuss-Rezept

Grüner-Spargel-Bulgur-Auflauf mit Gutfried „Putenschinken Delicioso“

Zutaten für 4 Personen

140 g Putenschinken „Delicioso“ (= 2 Packungen)
180 g Bulgur
1 Bund grüner Spargel
150-200 g Feta (Schafskäse)
2 Zwiebeln
1 Dose (400 g) Tomaten in Stücken
1 EL Tomatenmark
8 kleine, bunte Cherrytomaten
1,5 EL Gemüsebrühe (0,5 Liter Brühe)
3 EL Olivenöl
kleiner Bund frischer Koriander
1Msp. Cumin (Kreuzkümmel)
Salz und Pfeffer aus der Mühle
flache Auflaufform

Zubereitung

Den Bulgur einige Minuten unter fließendem Wasser waschen.
Die Zwiebeln fein hacken und zusammen mit dem Bulgur in 2 EL Olivenöl leicht anrösten. Mit Gemüsebrühe auffüllen und bei kleiner Hitze 12 Minuten ausquellen lassen.
Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Den grünen Spargel waschen, in Stücke schneiden und in 2 EL Olivenöl andünsten. Tomatenmark und zerdrückten Knoblauch dazugeben, kurz darauf auch die gewaschenen und geviertelten Cherrytomaten. Mit grob gehacktem Koriander, etwas Pfeffer und ein wenig Salz sowie Cumin würzen. Schafskäse würfeln und die Hälfte davon mit Bulgur und dem Gemüse vermischen. Die Mischung anschließend in eine gefettete flache Auflaufform füllen und mit dem restlichen Schafskäse und dem in Streifen geschnittenen Gutfried Putenschinken „DELICIOSO“ bestreuen, bzw. diesen untermischen. Bei 170 Grad (Umluft) etwa 15 bis 20 Minuten garen. Gutfried wünscht guten Appetit!

