

Äplermagronen mit Schabziger

EINFACH

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.
Gratinieren: ca. 10 Min.
für eine ofenfeste Form
von ca. 2 Litern, gefettet

500 g fest kochende Kartoffeln,
in Würfeli

Salzwasser, siedend

200 g Magronen

200 g Schabziger, gerieben
(siehe kleines Bild 2)

1,8 dl Saucehalbrahm

1 dl Milch

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

1. Kartoffeln offen ca. 5 Min. kochen, Magronen begeben, **al dente** kochen, beides abtropfen. **2.** Schabziger, Rahm und Milch verrühren, würzen, mit den Kartoffeln und Magronen mischen, in die vorbereitete Form füllen.

Gratinieren: ca. 10 Min. in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens.

2 Esslöffel Bratbutter

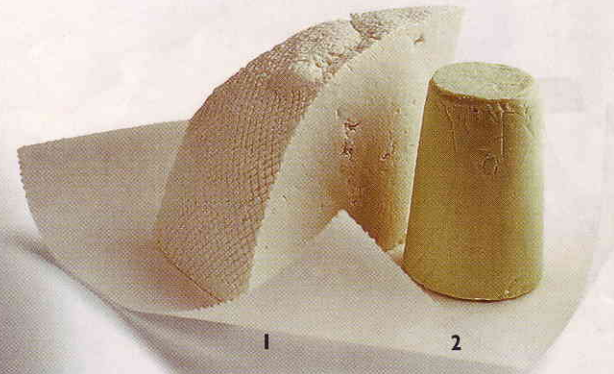
2 Zwiebeln, in Ringen

1 Knoblauchzehe, gepresst

Bratbutter heiss werden lassen, Zwiebeln und Knoblauch hellbraun rösten, über die Äplermagronen verteilen.

Tipp: eine grob geriebene Birne unter die Schabzigermasse mischen.

Pro Person: 19 g Fett, 30 Eiweiss,
62 g Kohlenhydrate, 2240 kJ (535 kcal)



Ziger (1) ist ein weicher, leicht krümeliger Frischkäse. Ziger wird auch mit Zigerkleepulver gemischt und in Kegelform gepresst; so entsteht der Glarner Schabziger (2) mit seinem einzigartigen, kräftigen Aroma.