

# Grünkern-Lauch-Gratin mit Haselnuss-Feta-Kruste

Zutaten für 4 Personen

## Zutaten:

250 g Grünkern  
40 g Haselnusskerne  
1,1 kg Lauch  
1 Knoblauchzehe  
1 EL Butter  
Salz  
schwarzer Pfeffer  
gemahlener Kümmel  
Muskat  
200 g Schmand  
200 g Feta  
½ Bund Petersilie für die Garnitur



## Zubereitung:

Grünkern in einem Sieb kalt abbrausen, abtropfen lassen, in 500 ml Wasser kurz aufkochen und ca. 30 Minuten im geschlossenen Topf auf kleiner Stufe köcheln lassen. Anschließend in einem Sieb abgießen.

Inzwischen Haselnusskerne grob hacken und zur Seite stellen. Lauch putzen, längs halbieren, waschen und in 0,5 cm dicke Halbringe schneiden. Knoblauch schälen. Butter in großer hoher Pfanne zerlassen. Lauch zugeben und bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten anbraten. Knoblauch dazu pressen, Grünkern zufügen und 1 Minute mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und mit Kümmel und Muskat abschmecken.

Backofen auf 200 °C (Umluft 180°C) vorheizen. Grünkern-Lauch-Masse in Auflaufform geben und Schmand teelöffelweise darauf verteilen. Haselnusskerne darüber streuen. Feta mit Gabel fein zerbröseln und ebenfalls darüber verteilen. Gratin ca. 25 Minuten goldbraun backen. Petersilie kalt abbrausen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Auflauf damit bestreuen und servieren.

Tipp: Grünkern über Nacht in Wasser einweichen. So reduziert sich die Kochzeit um 10 - 15 Minuten. Hierfür 500 ml Wasser wie im Rezept verwenden und dieses anschließend auch als Kochwasser benutzen.

