

Überbackene Lauch-Schinken-Rollen mit Salzkartoffeln

für vier Personen,
1 Gratinform von 35 x 45cm

Zutaten:	5 dl	Wasser
	½ TL	Salz
		Pfeffer
	800 g-1 kg	Lauch, gerüstet, schräg in 6-8 cm lange Stücke geschnitten
	Ca. 200g	Schinken (8-12 Tranchen)
	20 g	Butter
	2 EL	Mehl
	4 dl	Wasser
		Salz oder Bouillon, Pfeffer
	30-50 g	Käse, gerieben
	800 g-1 kg	festkochende Kartoffeln, geschält, in Stücke geschnitten



1. Für die Rollen Wasser salzen und aufkochen. Lauch beifügen, zugedeckt bei kleiner Hitze 10-15 Minuten kochen. Lauch herausheben, abtropfen lassen.
2. Kochflüssigkeit beiseitestellen und aufheben, Lauch mit je 1 Schinken tranche umwickeln und in die ausgebutterte Gratinform legen.
3. Für die Sauce Butter erwärmen, Mehl in aufschäumender Butter unter ständigem Rühren dünsten. Kochflüssigkeit dazugiessen, unter Rühren aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln, würzen.
4. Sauce über die Rollen giessen, Käse darüberstreuen.
5. Im oberen Teil des auf 220°C vorgeheizten Ofens 10-15 Minuten backen.
6. Kartoffeln in reichlich Salzwasser 10-15 Minuten weich kochen. Wasser abgiessen, Kartoffeln in der Pfanne nochmals auf die warme Platte stellen, Wasser verdampfen lassen, bis die Kartoffeln trocken sind.

Serviervorschlag: Dieses Gericht entspricht einer ausgewogenen Mahlzeit.

Diabetikerinfo: 240g Kartoffeln enthalten 40g Kohlenhydrate.