



Klassischer Nudelauflauf mit Schinken und Erbsen

 Dauer
40 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salz

Fusilli	500 g
Erbsen, tiefgefroren	250 g
Kochschinken	200 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Butter	3 EL
Weizenmehl, Type 405	2 EL
Schlagsahne	200 ml
Milch	300 ml
Pfeffer, schwarz	
Muskatnuss, gemahlen	
Emmentaler gerieben	200 g
Petersilie, frisch	20 g

Zubereitung

Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen, Fusilli darin ca. 8 Min. bissfest garen, in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

Erbsen aus der Gefriertruhe nehmen. Kochschinken würfeln. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln.

In einem Topf Butter auf hoher Stufe erhitzen und Zwiebel darin ca. 2 Min. anschwitzen. Mit Mehl bestäuben, vermengen und mit Sahne und Milch ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen und ca. 5 Min. köcheln, bis die Sauce leicht dickflüssig wird.

Im Nudeltopf Fusilli mit Erbsen, Kochschinken und Sahnesauce vermengen. In eine Auflaufform gießen, mit Emmentaler bestreuen und im Ofen ca. 20 Min. goldbraun überbacken.

Währenddessen Petersilie waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und hacken. Klassischen Nudelauflauf mit Schinken und Erbsen aus dem Ofen nehmen und mit Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	963 kcal		
Kohlenhydrate	108 g	Ballaststoff	1 g
Eiweiß	46 g	Fette	37 g