

Klassischer Nudelauflauf mit Schinken und Erbsen

Zeit gesamt
40min



Zubereitungszeit
20min



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 gemahlen	
Muskatnuss, gemahlen	
Emmentaler gerieben	200 g
Petersilie, frisch	20 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleiner Topf, großer Topf, große Auflaufform, Sieb

1. Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen, Nudeln darin ca. 8 Min. bissfest garen, in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Erbsen aus der Gefriertruhe nehmen. Kochschinken würfeln. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln.
3. 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.
4. Im Nudeltopf Pasta mit Erbsen, Kochschinken und Sahnesauce vermengen. In eine Auflaufform gießen, mit Emmentaler bestreuen und im Ofen ca. 20 Min. goldbraun überbacken.
5. 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!

Tipp: Sind vom Vortag Nudeln übrig geblieben? Mit dem Nudelauflauf muss keine Nudel im Müllheimer landen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	929 kcal
Kohlenhydrate	109 g
Eiweiß	46 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	33 g