




Nudel-Hack-Auflauf mit Weißkohl

 Zeit gesamt
40min

 Zubereitungszeit
20min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salz

Penne Rigate 500 g

Zwiebeln, gelb 1 St.

Weißkohl 0.5 St.

Petersilie, frisch 30 g

Öl 2 EL

Hackfleisch, gemischt 500 g

Pfeffer, schwarz

Paprika, edelsüß

Gemüsebrühe 100 ml

saure Sahne 200 g

Eier 3 St.

Milch 100 ml

Gouda, gerieben 150 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, großer Topf, große Pfanne mit Deckel, große Auflaufform, Sieb

1. Ofen bei 200 °C (Umluft) vorheizen. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Penne im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Weißkohl waschen, vierteln, Strunk entfernen und in Streifen schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken.
3. In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen. Hackfleisch mit Zwiebeln darin ca. 3 Min. anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Paprika würzen. Weißkohl zugeben und ca. 3 Min. braten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt ca. 4 Min. köcheln. Sauce abschmecken.
4. In einer Schüssel saure Sahne, Eier und Milch miteinander verrühren. Petersilie unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen.
5. In einer Auflaufform Nudeln mit Hack-Weißkohl-Pfanne vermengen. Eier-Masse darübergießen und mit Käse bestreuen. Im Ofen ca. 20 Min. goldbraun überbacken.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 1136 kcal

Kohlenhydrate 108 g

Eiweiß 57 g

Ballaststoffe 5 g

Fette 54 g
