





Penne-Hackfleisch-Auflauf mit Fetakruste

 Zeit gesamt
50min

 Zubereitungszeit
30min

 Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Salz	
Öl	3 EL
Hackfleisch vom Rind	600 g
Rotwein, trocken	100 ml
Tomaten, gehackt	850 g
Pfeffer, schwarz	
Oregano, getrocknet	
Zucker	
Penne Rigate	500 g
Butter	3 EL
Weizenmehl, Type 405	3 EL
Milch	500 ml
Muskatnuss, gemahlen	
Feta	200 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

kleiner Topf, mittlerer Topf, großer Topf mit Deckel, große Auflaufform, Sieb

1. Zwiebel halbieren, schälen und fein hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen.
2. In einem weiteren Topf Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Hackfleisch darin ca. 4 Min. anbraten. Zwiebel und Knoblauch zugeben und nochmals ca. 3 Min. braten. Mit Rotwein ablöschen, ca. 1 Min. einkochen lassen und Tomaten zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Oregano und Zucker würzen. Zugedeckt ca. 10 Min. köcheln lassen.
3. Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Penne im siedenden Salzwasser ca. 10 Min. bissfest garen. Danach in ein Sieb gießen und abtropfen lassen.
4. Für die Béchamelsauce Butter in einem Topf auf mittlerer Stufe schmelzen. Mehl zur geschmolzenen Butter geben und ca. 1 Min. rösten. Unter ständigem Rühren Milch zugeben und ca. 5 Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken.
5. In einer Auflaufform Penne mit Béchamelsauce und Hackfleischsauce abwechselnd schichten. Feta über den Auflauf bröseln und im Ofen ca. 20 Min. backen.
6. Auflaufform aus dem Ofen nehmen und Penne-Hackfleisch-Auflauf auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 1165 kcal

Kohlenhydrate 122 g

Eiweiß 61 g

Ballaststoffe 5 g

Fette 47 g
