



# Überbackene Kasnudeln mit Spinat und Schinken



 Dauer  
45 min.

 Schwierigkeit  
Mittel

## Zutaten

für 4 Portionen

Salz

Zwiebeln, gelb 1 St.

Butter 2 Esslöffel

Weizenmehl, Type 405 2 Esslöffel

Milch 300 ml

Schlagsahne 100 g

Pfeffer, schwarz

Penne Rigate 500 g

Blattspinat 1 g

Schwarzwälder Schinken 130 g

Muskatnuss, gemahlen

Paprika, edelsüß 0,5 Teelöffel

Emmentaler gerieben 250 g

## Zubereitung

In einem Topf ca. 5 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Ofen auf 180° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. In einem Topf Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebel darin ca. 2 Min. glasig dünsten. Mit Mehl bestäuben und unter Rühren ca. 1 Min. anschwitzen. Mit Milch und Sahne unter Rühren ablöschen und aufkochen. Anschließend ca. 12–15 Min. köcheln. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Inzwischen Nudeln im kochendem Salzwasser ca. 9–11 . Min. al dente garen. Im Anschluss in ein Sieb abgießen und etwas abtropfen lassen. Spinat waschen und trocken schleudern. Schinken mit den Händen klein zupfen.

Sahnesauce mit Salz, Pfeffer, Muskat und Paprikapulver abschmecken und unter Rühren 100 g des Käses darin schmelzen. Spinat und Schinken dazugeben und kurz erhitzen, bis der Spinat zusammenfällt.

Pasta und Sauce in einer Auflaufform mischen und verteilen. Mit übrigem Käse bestreuen im Ofen ca. 25 Min. goldgelb überbacken.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 686 kcal

Kohlenhydrate 49 g Ballaststoff 4 g

Eiweiß 39 g Fette 37 g