



V2: Pasta-Auflauf mit Linsen-Strozzapreti

dazu Apfel-Gurken-Salat



30-40min



2 Personen

Ist es manchmal schwierig, genug Gemüse in den Alltag zu integrieren? Dann präsentieren wir hier unsere bisher hinterhältigste - und genialste - Lösung: Unsere Köchin Elisabeth versteckt nämlich massig frische Paprika in der supercremigen Käsemischung für diesen leckeren Auflauf mit Pasta aus roten Linsen. Für etwas zusätzliche Frische gibt es einen Salat aus knackigen Gurken und süß-säuerlichen Äpfeln. Mmmh ...

- 250g Linsen-Strozzapreti
- 2 Paprika
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 100g junger Gouda, gerieben ⁷
- 1 grüner Apfel
- 1 Gurke

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen und Auflaufform
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler
- Sieb

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 1041kcal, Fett 47.5g,
Kohlenhydrate 99.5g, Eiweiß 50.1g



1. Gemüse schneiden

4. Sauce pürrieren

2. Gemüse braten



5. Auflauf backen

A top-down view of a stainless steel colander filled with cooked, yellow, shell-shaped pasta (farfalle) over a dark surface.

3. Pasta korkochen

A clear glass bowl filled with sliced cucumbers and zucchini, resting on a grey surface. The slices are thin and arranged in a somewhat circular pattern within the bowl.

6. Salat zubereiten

Den **Apfel** vierteln, entkernen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Die **Gurke** mit einem Sparschäler in lange, dünne Streifen schneiden. 1EL Olivenöl, 1EL Essig, 1 kräftige Prise Salz und 1 Prise Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren und mit dem **Apfel** und der **Gurke** vermengen. Den **Pasta-Auflauf** mit dem **Apfel-Gurken-Salat** anrichten und servieren.