

Pasta-Auflauf mit Paprika und Käse

dazu Apfel-Gurken-Salat

🕒 30-40min

🍴 4 Portionen

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 Nudelauflauf. Für etwas zusätzliche Frische zur ganzen wunderbaren Cremigkeit gibt es einen Salat aus knackigen Gurken und süß-säuerlichen Äpfeln. Mmmh ...

Was du von uns bekommst

- 400g Bio-Conchiglie ¹
- 3 Paprika
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Becher Crème fraîche ²
- 200g junger Gouda, gerieben
- 1 grüner Apfel
- 1 große Gurke

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

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

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 914kcal, Fett 46.3g, Kohlenhydrate 98.3g, Eiweiß 26.0g



1. Gemüse schneiden



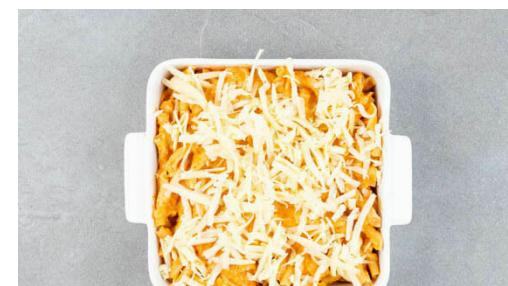
2. Gemüse braten



3. Pasta vorkochen



4. Sauce pürieren



5. Auflauf backen



6. Salat zubereiten

Das angebratene **Gemüse** und die **Crème fraîche** in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer zu einer glatten **Sauce** pürieren.

Die **Pasta** mit der **Sauce** und der **½ des Käses** vermengen, nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen. In eine große Auflaufform geben und den **restlichen Käse** darüberstreuen. Den **Auflauf** im Ofen ca. 10Min. backen, bis der **Käse** knusprig und goldbraun ist. **Tipp:** Nach Möglichkeit während der letzten ca. 3Min. die Grillfunktion zuschalten.

Den **Apfel** vierteln, entkernen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Die **Gurke** mit einem Sparschäler in lange, dünne Streifen schneiden. 2EL Olivenöl, 2EL Essig, ½TL 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.