



Griechisches Pastitsio mit gemischtem Hack

mit Béchamelsauce und Käse



ca. 40min



2 Portionen

Pastitsio ist ein traditioneller griechischer Nudelaufbau, der einer italienischen Lasagne in nichts nachsteht. Schicht für Schicht dürfen vorgegarte Penne, eine leckere Tomatensauce mit gemischtem Hack und frischen Karotten, eine schöne Portion Béchamelsauce und natürlich etwas Käse in eine Auflaufform. Dann kommt alles in den Ofen - und fertig ist das griechische Comfort Food!

Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Penne ²
- 1 Zwiebel
- 1 Karotte
- 1 Tomate
- 250g gemischtes Hack von Rind und Schwein
- 1 Pck. griechische Gewürzmischung
- 200g passierte Tomaten
- 200ml Béchamelsauce ^{2,3}
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt ³

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ⁴

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

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

Allergene

Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3), **Schwefeldioxid und Sulphite** (4).

Kann Spuren enthalten von: Senf, Erdnüsse, Sesamsamen, Sojabohnen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion

Energie 945kcal, Fett 34.0g, Kohlenhydrate 107.0g, Eiweiß 48.7g



1. Pasta vorkochen

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser aufkochen. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und 6Min. kochen. Inzwischen die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **Karotte** ggf. schälen und grob raspeln. Die **Tomate** fein würfeln. Etwas **Kochwasser** abschöpfen, dann die **Pasta** abgießen und abtropfen lassen.



2. Hackfleisch braten

Das **Hack** in einer mittelgroßen Pfanne mit ½EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer bei mittlerer bis starker Hitze in 4-5Min. goldbraun und knusprig braten. Dabei mit einem Pfannenwender in zerteilen, aber nicht zu viel rühren, damit sich eine leichte Kruste bilden kann.



3. Gemüse braten

Die **Zwiebeln**, die **Karotten** und die **Tomaten** in die Pfanne geben und ca. 5Min. mitbraten, bis das **Gemüse** weich wird. Die **½ der Gewürzmischung** und 1EL Balsamicoessig zugeben und ca. 30Sek. mitbraten, bis es duftet. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Saucen fertigstellen

Die **passierten Tomaten** und **75ml Kochwasser** in die Pfanne geben und umrühren. Die Pfanne vom Herd nehmen. 1 Ei verquirlen und die ½ des Eis mit der **Béchamelsauce** verrühren. **Tipp:** Das restliche Ei kann mit der **Tomatensauce** verrührt werden.



5. Pastitsio schichten

Die **Pasta** in eine tiefe Auflaufform geben und fest andrücken. Die **Tomatensauce** gleichmäßig auf der **Pasta** verteilen. Die **Béchamelsauce** mit einem Löffel in Klecksen auf der **Tomatensauce** verteilen und mit dem Löffelrücken gleichmäßig verstreichen. Mit dem **Käse** bestreuen.



6. Pastitsio backen

Das **Pastitsio** im Ofen 12-14Min. backen, bis sich eine goldbraune und knusprige Kruste gebildet hat. **Tipp:** In den letzten 5Min. der Backzeit die Grillfunktion des Ofens anschalten. Das **Pastitsio** aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen, dann servieren.