



Griechisches Pastitsio mit gemischtem Hack

mit Béchamelsauce und Käse



40-50min



4 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

- 400g Bio-Penne ²
- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 2 Tomaten
- 500g gemischtes Hack von Rind und Schwein
- 1 Pck. griechische Gewürzmischung
- 400g passierte Tomaten
- 400ml 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
- großer Topf
- große 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 914kcal, Fett 31.8g, Kohlenhydrate 107.0g, Eiweiß 46.0g



1. Pasta vorkochen

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



2. Hackfleisch braten

Das **Hack** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl und je 1 kräftigen 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 **Gewürzmischung** und 2EL Balsamicoessig zugeben und ca. 30Sek. mitbraten, bis es duftet. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



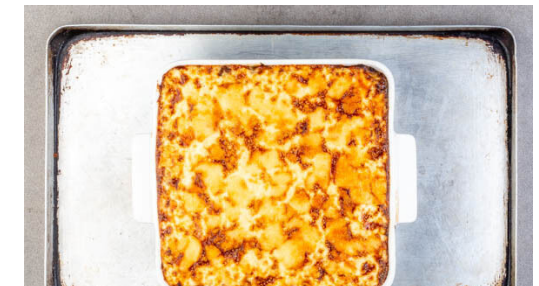
4. Saucen fertigstellen

Die **passierten Tomaten** und **150ml Kochwasser** in die Pfanne geben und umrühren. Die Pfanne vom Herd nehmen. 1 Ei verquirlen und mit der **Béchamelsauce** verrühren.



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.