



 50 Minuten

 Einfach

PASTA-AUFLAUF: MUSCHELNUDELN GEFÜLLT MIT CREMIGEM BÄRLAUCH- SCHMAND & TOMATENSAUCE

Auflauf-Fans aufgepasst: Dieser vegetarische Muschelnudelauf mit cremigem Bärlauch-Schmand und Kirschtomaten ist ein wahrer Pasta-Alleskönner.

 *So wirds gemacht :*

SCHRITT 1

Für den Pasta Auflauf die Muschelnudeln al dente kochen, abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Für die Tomatensauce Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und in feine Stücke schneiden.

SCHRITT 2

Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln sowie Knoblauch darin 5 Minuten bei mittlerer Hitze anschwitzen. Die Tomaten und passierten Tomaten hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und 10 Minuten im geschlossenen Topf köcheln lassen. Den Backofen auf 200° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

SCHRITT 3

In der Zwischenzeit die Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Zitronenschale fein abreiben und den Saft auspressen. Den MILRAM Schmand in eine Schüssel geben und mit Kräutern und Zitronenschalenabrieb vermengen. Mit Zitronensaft abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen.

SCHRITT 4

Die Tomatensauce in eine Auflaufform geben und gleichmäßig verteilen. Die Nudeln mit der Schmand-Creme füllen und mit der offenen Seite nach oben in die Auflaufform setzen. Um die Nudeln zu überbacken, mit MILRAM AuflaufLiebe bestreuen und 25 Minuten im



Zutaten

2 Portionen

12 Muschelnudeln (Conchiglie)

1 mittelgroße Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 EL Olivenöl

400 g Kirschtomaten

200 g passierte Tomaten

Salz, Pfeffer

1 Bund Bärlauch oder saisonale frische Kräuter z.B. Petersilie, Basilikum, Oregano

1 unbehandelte Zitrone

250 g MILRAM Schmand

150 g MILRAM AuflaufLiebe

Ofen (Mitte) goldbraun backen.

NÄHRWERTE

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 2087/500

Fett (g): 32

Kohlenhydrate (g): 38

Eiweiß (g): 19