



Aus der Heimat der Frische

 20 Minuten

 Mittel

Makkaroni-Hackbällchen-Auflauf

Nudeln und Hackbällchen - der Familien-Klassiker als cremiger Auflauf: Ruckzuck zubereitet und gesundes Gemüse ist sogar auch noch versteckt.

 *So wirds gemacht :*

Schritt 1

Hackfleisch mit Eigelb, Paniermehl und Ketchup vermengen, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und zu kleinen Bällchen formen. Tomaten waschen. Spitzpaprikaschoten halbieren, putzen, waschen und in grobe Stücke schneiden.

Schritt 2

Makkaroni, Hackbällchen, Tomaten und Paprikaschoten vermischen und in einer Auflaufform (20 x 30 cm) verteilen. Käse in feine Streifen schneiden. Sahne, Milch, Eier und Käse verquirlen, mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen, auf der Nudelmischung verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Gas: Stufe 3, Umluft 160 °C) ca. 35-40 Minuten goldbraun überbacken.

Schritt 3

Auflauf mit Petersilie bestreuen und servieren.

Nährwerte

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 2335/560

Fett (g): 34,6

Kohlenhydrate (g): 33,8

Eiweiß (g): 27



Zutaten

4-6 Portionen

300 g Hackfleisch

1 Eigelb

2 EL Paniermehl

1 TL Ketchup

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

Paprikapulver

200 g Kirschtomaten

300 g rote Spitzpaprikaschoten

200 g Makkaroni

150 g MILRAM Rahmkäse

200 ml MILRAM frische Schlagsahne 30%

300 ml Vollmilch (alternativ fettarme Milch)

4 Eier

2-3 Prisen Muskat, gemahlen

3 EL gehackte Petersilie