

TOMATENNUDELAUFLAUF MIT HACKFLEISCH UND SPINAT

TOMATENNUDELAUFLAUF MIT HACKFLEISCH UND SPINAT

Dieser Tomatennudelauf mit Hackfleisch und Spinat hat durch die Kombination aus Tomatennudeln, Tomatensauce und Spinat eine wunderbare Gemüsenote. Dazu kommen das Hackfleisch und der Käse - wirklich lecker und unkompliziert!



ZUTATEN FÜR 3-4 PERSONEN:

300g Hackfleisch (gemischt)

1 Zwiebel

3 Knoblauchzehen

1 Prise Cumin

Olivenöl

300g Spirelli Tomaten-Nudeln (z.B. bei Galeria Kaufhof)

4 handvoll Spinat

100g Feta-Käse

200g geschälte Tomaten aus der Dose

2 EL Tomatenmark

1 TL Paprikapulver (scharf)

Pfeffer & Salz

2 TL getrockneter Majoran

200g geriebener Gouda

ZUBEREITUNG:

Die Tomatennudeln in einem Topf mit Salzwasser kochen bis sie fast gar sind.

Den Ofen auf 200°C vorheizen.

In dieser Zeit die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und kleinschneiden. Mit etwas Olivenöl in

einem größeren Topf oder einer tiefen Pfanne anbraten bis die Zwiebeln glasig sind. Dann das Hackfleisch dazugeben und mit Pfeffer, Salz und einer Prise Cumin kräftig würzen.

In einem kleinen Topf etwas Salzwasser aufsetzen und den Spinat für 2-3 Minuten darin blanchieren. Kalt abschrecken und kurz beiseite stellen.

Die Dosentomaten etwas zerdrücken und samt Saft zum Hackfleisch geben. Mit Majoran, Paprikapulver und Tomatenmark würzen.

Nicht vergessen die Nudeln rechtzeitig abzugießen!

Den Fetakäse zerpfücken und mit in die Sauce geben. Gleichmäßig rühren, bis sich alle Käse-Bröckchen aufgelöst haben. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Nudeln mit der Tomaten-Hackfleischsauce mischen. Eine erste Lage in die Auflaufform geben und 2/3 vom Spinat gleichmäßig darüber verteilen. die zweite Hälfte der Nudeln obendrauf geben. Den restlichen Spinat darauf verteilen. Alles gleichmäßig mit dem Gouda bedecken und in den vorgeheizten Backofen stellen.

Da alle Zutaten bereits gekocht sind bleibt der Auflauf nur so lange im Ofen bis der Käse gold-braun wird. Das dauert ca. 10 Minuten.



Anrichten und schmecken lassen.

Guten Appetit!