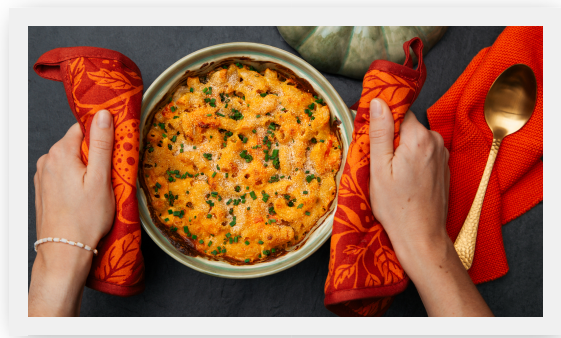




Mac'n'Cheese mit Kürbis



Rezeptinfo

Zutaten für 2 Portionen

Zubereitungszeit: 30 Min. + 25 Min. Backzeit

pro Portion: 4987 kJ, 1192 kcal, 155,5 g Kohlenhydrate, 54,5 g Eiweiß, 49,2 g Fett, 110 mg Cholesterin, 25,2 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €



Zubereitung

Wir starten in die spooky Season und lüften das Rätsel mega leckerer Mac'n Cheese. Der Klassiker aus Amerika sollte auf keiner Halloween-Party fehlen. So easy geht's: Hokkaido-Kürbis würfeln, im Ofen backen und pürieren. Damit es richtig schön cheesy wird, bereitest du eine Béchamelsoße vor und vermengst sie mit reichlich geraspelten Cheddar und Gouda. Rühre das Kürbispüree unter und schmecke mit Muskat, Paprika, Knoblauch, Salz und Pfeffer ab. Die Pasta kochst du in reichlich Salzwasser al dente, vermischst sie mit der cremigen Käsesoße und gibst alles in eine Auflaufform. Für eine goldbraune Knusperkruste kommen noch Semmelbrösel on top und ab in den Ofen damit. Perfekt für einen schaurig schönen Abend mit Freunden! Los geht's!

Step 1:

Zunächst den Hokkaido Kürbis in 3 cm große Stücke schneiden und im Ofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze für 15 Minuten weichbacken. Anschließend fein pürieren.

Step 2:

Währenddessen einen EL Butter in einen Topf geben und einen EL Mehl mit einem Schneebesen einrühren. Milch langsam aufschütten und anschließend kurz aufkochen, bis es etwas eindickt. Beide Sorten Käse reiben und nach und nach in die Milch einrühren. Kürbispüree ebenfalls unterrühren. Mit Muskatnuss, Paprikapulver, Knoblauchpulver, Salz und Pfeffer würzen.

Step 3:

Jetzt die Pasta al dente kochen und in einem weiteren kleinen Topf die restliche Butter mit den Semmelbröseln kurz anrösten.

Step 4:

Pasta abgießen, mit der Käsesoße vermischen und in eine ofenfeste Form geben. Mit den Semmelbröseln toppen und für 10 Minuten bei 180 °C Ober-/Unterhitze backen.

Step 5:

Mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren und servieren.

Zutaten

1/4	Hokkaido Kürbis
2 EL	Butter
1 EL	Mehl
250 ml	Milch
100 g	Cheddar
100 g	Gouda
1/4 TL	Muskatnuss
1/2 TL	Paprikapulver
1 TL	Knoblauchpulver
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
300 g	Dinkel-Hörnchen Nudeln
40 g	Semmelbrösel
6 Stiele	Schnittlauch

Sonstiges:

Pürierstab
Schneebesen
Vierkantreibe
ofenfeste Form