



Pasta-Auflauf mit Gemüsesoße & Mozzarella



Zutaten

Menge	
200 g	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
	braune Champignons
	Salz
2 Dosen	stückige Tomaten
400 g	Nudeln z.B. Penne
100 g	grüne Oliven
250 g	Mozzarella
2 EL	Kräuter der Provence
2 EL	Olivenöl
2	Knoblauchzehen
1	Zwiebel
1 Dose	Artischockenherzen

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 20 Min. + 25 Min. Backzeit

pro Portion: 3964 kJ, 947 kcal, 95 g Kohlenhydrate, 29 g Eiweiß, 57 g Fett, 41 mg Cholesterin, 16 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: | Kosten: € €



Zubereitung

Nudelaufbau geht eigentlich immer, oder? Deshalb zeigen wir dir, wie du einen super leckeren mediterranen Nudelaufbau mit Artischocken, Champignons und Mozzarella zubereiten kannst! Als Basis für unseren Pasta-Aufbau haben wir uns für Penne entschieden. Diese werden mit einer Soße aus Artischockenherzen, Champignons, Oliven und stückigen Tomaten vermischt. Eine extra Portion Käse darf auf unserem mediterranen Nudelaufbau natürlich auch nicht fehlen, weshalb wir den Auflauf vor dem Backen mit Mozzarellascheiben belegt haben. Wie immer gilt bei unserem Nudelaufbau natürlich auch, dass du auch deine Lieblingspasta verwenden und den Auflauf mit deinen Lieblingszutaten pimpen kannst! Worauf wartest du noch? Probiere das Rezept für unseren mediterranen Nudelaufbau direkt aus!

Step 1:

Als erstes gibst du die Nudeln in kochendes Salzwasser und lässt sie für 8 Minuten kochen. In dieser Zeit Pellst du die Zwiebel und schneidest sie in kleine Würfel. Dann die Champignons putzen und in Viertel schneiden. Nun brätst du die Zwiebeln und Champignons mit etwas Öl in einer Pfanne. Als nächstes die Tomaten dazugeben und die Soße mit Salz, Pfeffer und den Kräutern würzen. Jetzt kannst du die Nudeln abgießen, kurz abschrecken und den Ofen auf 200°C Umluft vorheizen.

Step 2:

Während der Ofen vorheizt, kannst du die Artischocken abgießen und zusammen mit den Oliven halbieren. Die Auflaufform mit Olivenöl einfetten. Jetzt kannst du die Nudeln mit der Tomatensoße vermischen und bedeckst zuerst den Boden mit einem Teil damit. Dann kommt eine Schicht Artischocken und Oliven darauf. Als dritte Schicht kommen nochmal die Nudeln mit der Soße. Zum Schluss schneidest du den Mozzarella in Scheiben und verteilst ihn auf dem Auflauf. Mit frischem Pfeffer und Salz bestreuen. Den Nudelaufbau für ca. 25 Minuten im Ofen backen.