

Kürbis-Nudelauflauf

🕒 35 min 👤 4 Personen

Zutaten

- 1 Hokkaido-Kürbis
- 1 rote Paprika
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- Salz&Pfeffer
- Gewürz "**Pomodoro-Paradiso**"
(bei uns im Laden erhältlich)
- 1 Glas passierte Tomaten
- 200-300 ml Gemüsebrühe
- 400 g Nudeln eurer Wahl
- 1 Pck. Mozzarella

Zubereitung

1. Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Währenddessen Gemüse waschen und schneiden, Knoblauch und Zwiebeln schälen und auf ein Backblech geben.
2. Mit Olivenöl, Salz&Pfeffer vermengen. Für 25-30 min. in den Ofen bis das Gemüse schön weich und geröstet ist.
3. Währenddessen Nudeln kochen
4. Das Gemüse zusammen mit den passierten Tomaten in einen Mixer geben, cremig mixen und mit weiteren Gewürzen abschmecken.
5. Anschließend die Soße mit der Gemüsebrühe, dem Gewürzmix und den Nudeln in eine Auflaufform eurer Wahl geben. Optional Parmesan untermischen.
6. Den Mozzarella über die Auflaufform geben und das ganze im Backofen auf Grillstufe so lange backen bis der Mozzarella schön goldbraun ist.



- Für extra Protein kann in den Mixer für die Soße eine Dose weiße Bohnen oder eine handvoll Nüsse gegeben und kräftig gemixt werden.
- Spinat in die Auflaufform gegeben gibt dem ganzen etwas mehr bunte Farbe.
- Es kann anstelle von Mozzarella auch Feta, geriebener Gouda etc. über die Nudeln gegeben werden.

guten Appetit!