
Typ: Fisch

Quelle: Lori aus Salt Lake City

Bemerkungen: Rezept abgewandelt. Das ursprüngliche Rezept verwendete statt der Spitzpaprika einelegte grüne Peperoni, Kerne und Brühe entfernt und in dünne Ringe geschnitten -- und bestimmt keinen Riesling!

Die Kruste aus Käse und Corn Flakes macht sich gut!

Zutaten:

- 250 g Bandnudeln
- 1-2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 200 g Champignons
- 2 Spitzpaprika
- 400 g Thunfisch (Dose; 300 g Netto)
- 1-2 Becher saure Sahne
- 1 Tasse Milch
- Soja Sauce
- Chiliflocken
- Salz,
- Pfeffer,
- Prise Zucker

- 1 Tasse zerstoßene Corn Flakes
- 80 g Reibekäse
- 2 nußgroß Butter

Rezept: Nudeln kochen, mit kaltem Wasser abspülen.

Zwiebeln in dünne halbe Ringe schneiden, Knoblauch klein hacken. Champignons grob hacken. Spitzpaprika längs halbieren und quer in dünne Streifen schneiden. Thunfisch zerpfücken.

Zwiebeln in Olivenö dünsten. Knoblauch hinzufügen. Danach die Pilze dünsten, dann die Paprikastreifen. Würzen mit Salz, Pfeffer, Chiliflocken, Thymian und Oregano (und Z'atar wenn vorhanden).

Ablöschen mit je einem Schuß Riesling und Sojasoße. Vermischen mit saurer Sahne, Thunfisch und den Nudeln. Abschmecken und in Auflaufform füllen

Zerstoßene Corn Flakes darüber verteilen, dann den Reibekäse und dann die Butter in Flöckchen. Im Backofen bei ca. 180°C ca. 30-40 min erwärmen, die ersten 15 min mit Deckel, danach offen, bis eine Kruste etnsteht. Bei Bedarf am Ende mit dem Grill der Bräunung nachhelfen. .