

Makkaroni-Auflauf mit Spinat

764

Typ: Pasta

Quelle: E&T Spezial 1/2015, 20

Bemerkungen:

Zutaten:

- 350 g Makkaroni
- Salz
- 3 El Öl
- 1 kg frischer Blattspinat
- 80 g Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 45 g Butter
- Pfeffer
- Muskat
- 40 g italienischer Hartkäse (z.B. Parmesan)
- 35 g Mehl
- 600 mL Milch
- 100 g Ziegenfrischkäse
- 40 mL Zitronensaft
- Zucker

Rezept:

1. Makkaroni in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen, abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Nudeln mit 1 El Öl mischen (damit sie nicht zusammenkleben). Spinat putzen, waschen, abtropfen lassen und in kochendem Salzwasser 1-2 Minuten zu-sammenfallen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, abschrecken, gut ausdrücken und grob zerschneiden.
2. Schalotten fein würfeln. Knoblauch fein hacken. 10 g Butter und restliches Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten. Spinat zugeben und kurz mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und beiseitestellen. Käse fein reiben.
3. Für die Zitronen-Béchamel die restliche Butter in einem Topf schmelzen. Mit Mehl bestäuben und kurz anschwitzen. Milch zugeben und glatt rühren. Béchamel 10 Minuten bei milder Hitze unter Rühren kochen. Ziegenkäse und Zitronensaft unterrühren und weitere 5 Minuten bei milder Hitze kochen. Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und Muskat würzen.
4. Eine rechteckige Auflaufform (ca. 1,5 l Inhalt) mit etwas Butter fetten. Abwechselnd Makkaroni, Spinat und Béchamel einschichten, mit Béchamel abschließen. Auflauf mit Hartkäse bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad auf der 2. Schiene von unten (Gas 2-3, Umluft nicht empfehlenswert) 35-40 Minuten goldbraun backen. Auflauf herausnehmen, auf dem Rost 7-10 Minuten ruhen lassen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten
PLUS GARZEIT 40 Minuten
PRO PORTION (BEI 6 PORTIONEN)
18 g E, 25 g F, 52 g KH = 525 kcal (2198 kJ)