

Broccoli-Nudel-Auflauf

Der leckere Broccoli-Nudel-Auflauf ist ideal geeignet, um Kindern Gemüse schmackhaft zu machen. Ein schönes Rezept, das man gut vorbereiten kann.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

| | |
|---------|-------------------------------|
| 350 g | Brokkoli Rosen |
| 180 g | Schinken |
| 400 g | Nudeln |
| 250 ml | Schlagobers |
| 2 Stk. | Eier |
| 1 Stk. | Knoblauchzehe |
| 100 g | Emmentaler |
| 40 g | Mandeln (Blättchen) |
| 1 Prise | Salz |
| 1 Prise | Pfeffer |
| 1 Prise | Muskat |
| 1 TL | Pflanzencreme |

Zubereitung

1. Zunächst für den **Broccoli-Nudel-Auflauf** das Backrohr auf 180°C vorheizen.
2. Zwei Töpfe mit Salzwasser aufkochen. Die Nudeln nur einige Minuten garen, sodass sie noch knackig sind. Abseihen und abschrecken. Parallel dazu den Broccoli in Röschen teilen und waschen. In dem anderen Topf mit Salzwasser zwei Minuten kochen und kalt abschrecken.
3. Den Schinken in breite Streifen (ca. 2 cm) schneiden. Knoblauch pellen und pressen. Schlagobers, Eier und Knoblauch in eine Schüssel geben, verquirlen und je nach Geschmack mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen.

4. Die Auflaufform mit Pflanzencreme fetten und abwechselnd mit Broccoli, Nudeln und Schinkenstreifen füllen. Anschließend mit Eiercreme übergießen und mit Mandelblättchen und Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backrohr den Broccoli-Nudel-Auflauf 25 Minuten backen. Auf vorgewärmten, tiefen Tellern servieren.

Tipp

Das Rezept für Broccoli-Nudel-Auflauf kann man statt mit Schinken auch mit Shrimps zubereiten.