

# GATCH GAP REZEPTE

## NUDELAUFLAUF

Zubereitungszeit 45 min | Für 4 Personen



GATCH GAP



FOLLOW | COMMENT | LIKE



WWW.GATCHGAP.DE

# Zubereitung

- Die Nudeln nach Packungsanweisung al dente kochen. Abgießen und beiseite stellen.
- "CATCHCAP-Frampenspritzschutz" auf eine passende Pfanne (28cm) legen.
- In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die gehackte Zwiebel und den Knoblauch darin anschwitzen, bis sie weich sind.
- Die passierten Tomaten hinzufügen und die italienischen Kräuter untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Sauce für etwa 5-7 Minuten köcheln lassen, bis sie leicht eingedickt ist.

Die gekochten Nudeln zur Tomatensauce in die Pfanne geben und alles gut vermengen, bis die Nudeln gleichmäßig mit der Sauce bedeckt sind.

Die Hälfte des geriebenen Käses unter die Nudel-Tomatensauce mischen.

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Eine Auflaufform leicht einfetten und die Nudel-Tomatensauce gleichmäßig darin verteilen.

Den restlichen geriebenen Käse gleichmäßig über die Nudel-Tomatensauce streuen.

Den Nudelauflauf für etwa 20-25 Minuten backen, bis der Käse goldbraun und knusprig ist.

Den Nudelauflauf aus dem Ofen nehmen, mit frischen Basilikumblättern garnieren und heiß servieren.

Guten Appetit wünscht Dir

*Deine Ebsw*

## Für die Falafel:

- 300 g Nudeln (z.B. Penne oder Rigatoni)
- 500 ml passierte Tomaten
- 200 g geriebener Käse (z.B. Gouda oder Mozzarella)
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 1 Teelöffel getrocknete italienische Kräuter
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Frische Basilikumblätter zum Garnieren

# Zutaten



info@catchcap.de



www.catchcap.de



CATCHCAP

*Leben & Spreizen*

CATCHCAP

*Leben & Spreizen*



catchcapspritzschutz



@catchcap\_official