

Nudelauf mit Brokkoli und Hackfleisch

Zutaten

für 3-4 Personen

2 Zwiebeln
Olivenöl
1 Knoblauchzehe
400g Rinderhackfleisch
500g Dinkelpenne
250g Brokkoli
1l Wasser
5 gehäufte TL Gemüsebrühpulver
200g Schmand
200g Tomatenmark (1 Tube)
100g Gouda

Zubereitung vom Auflauf

1. Zwiebeln schälen, halbieren und dann in Ringe/Scheiben schneiden. In Olivenöl anschwitzen.
2. Knoblauch hinzu pressen und leicht mit anbraten. Dann das Hackfleisch hinzu geben und scharf anbraten.
3. Den Backofen nun auf 180°C Umluft vorheizen.
4. Die trockenen Nudeln in eine große Auflaufform geben.
5. Den Brokkoli in kleine Röschen zerteilen und darauf geben. Wer die Röschen größer lassen möchte, sollte sie vorher etwas vorgaren.
6. Wenn das Hackfleisch angebraten ist, das Wasser, die Gemüsebrühe, den Schmand und das Tomatenmark hinzu geben und verrühren. Alles über die Nudeln gießen und alles vermengen.
7. Den Gouda darauf raspeln und für 20 Minuten in den Backofen geben.