

## Gratinierte Nudeln mit Wirsing und Möhren

Zutaten für: 3 Portionen

200	Gramm	Nudeln, (Vollkornnudeln)
1		Wirsing
200	Gramm	Möhre(n)
150	Gramm	Crème fraîche
100	ml	Milch
150	Gramm	Käse, (Hartkäse)
		Kräutersalz
		Pfeffer
		Paprikapulver
		Kurkuma

### Anleitung:

Die Nudeln in reichlich sprudelnd kochendem Salzwasser knapp "al dente" kochen. In einem Sieb mit kaltem Wasser überspülen und gründlich abtropfen lassen. Den Wirsing putzen, gründlich waschen, vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Die Möhren putzen und in Scheiben schneiden.

Das Gemüse in kochendem Salzwasser etwa 3 Minuten blanchieren, dann ebenfalls kalt abschrecken. Anschließend sehr gut abtropfen lassen.

Die Nudeln mit dem Gemüse mischen, kräftig abschmecken mit Kräutersalz, Pfeffer und Paprikapulver und dann in eine Auflaufform füllen. Die Crème fraîche mit Milch und etwas Kurkuma verrühren und gleichmäßig über die Gemüse-Nudel-Mischung gießen. Den Käse reiben und darauf streuen.

Im Backofen (Mitte) ca. 35 Minuten bei 200°C backen.

Zubereitungszeit: 25 Min.

Schwierigkeitsgrad: normal

Brennwert p. P.: keine Angabe