

Gabelspaghetti - Auflauf mit Spinat

Zutaten für: 4 Personen

400	Gramm	Gabelspaghetti Frisch gekocht oder vom Vortag
400	Gramm	Frischer Spinat, kurz blanchiert
3-4		Eier
100	ml	Sahne
125	Gramm	Geriebener Parmesan
25	Gramm	Paniermehl
1/2	Essl.	Olivenöl, für die Auflaufform
1	Essl.	Butterflöckchen
		Salz, schwarzer Pfeffer

Anleitung:

Zubereitungszeit: 60 Min.

1. Backofen auf 200°C vorheizen.
2. Auflaufform einölen. Abwechselnd Nudeln und abgetropften Spinat lagenweise schichten. Letzte Schicht sind Nudeln.
3. Aus Sahne, Eiern, Pfeffer, Salz und Parmesan eine Mischung bereiten und über die Nudeln geben.
4. Paniermehl und Parmesan vermischen und über den Auflauf streuen. Mit kleinen Butterlöckchen belegen. Auflaufform in den vorgeheizten Backofen schieben und 45 Min. bei 180°C goldgelb backen. Nach Wunsch mit Tomatensauce servieren. Durchschnittliche Nährwerte pro Portion, kalkuliert anhand der rohen

Brennwert 3068 kJ (727 kcal)

Eiweiß 35 g

Fett 31 g

Kohlenhydrate 76 g