

Saunudel

Kategorien: Mehlspeisen, Nudeln, Küche

Zutaten für: 1 Rezept

1/2	kg	Spiralnudeln
1	Dose	Geschaelte Tomaten
1		Rote Paprikaschote
1		Gruene Paprikaschote
1		Gelbe Paprikaschote
1/2	kg	Rinderhackfleisch
4		Zucchini
1	Flasche	Sweet-chili-Sauce
250	Gramm	Kleine Champignons
400	Gramm	Gouda, mittelalt
4	mittl.	Zwiebeln
		Salz, Pfeffer
		Pflanzenoel
		Knoblauch

Anleitung:

Die Zwiebeln pellen und in nicht zu kleine Stuecke schneiden. Die Paprikaschoten waschen, entkernen und achteln. Die Zucchini waschen und in Scheiben schneiden. In einem grossen Topf Wasser zum Kochen bringen, die Nudeln 10 bis 12 Minuten kochen. Das Hackfleisch mit Zwiebeln in Oel anbraten und dann mit dem Saft aus der Tomatendose loeschen. In einer zweiten Pfanne in Oel die Paprika schmoren, in einer dritten Pfanne die Zucchinischeiben mit Oel und Knoblauch schmoren. In die Auflaufform (oder Backblech) gibt man die Nudeln, vermischt sie mit der Hackfleischsauce und garniert alles mit den vorbereiteten Gemuesen (Zucchini, Paprika, Tomaten, Champignons). Nach Geschmack mit der Chilisauce begiessen. Die Form in den auf 200 GradC vorgeheizten Ofen schieben und ca. 5 Minuten backen lassen. Dann herausnehmen, mit dem Grobgeraspelten Kaese bestreuen und nochmals ca. 30 bis 40 Minuten Backen.