



# Spinat-Nudelaufauf mit Tilsiter

Auflaufform 18 x 26 cm  
Für 4 Personen

## Zubereitung

1. Einen grossen Topf Wasser aufkochen, salzen und die Nudeln al dente kochen. Abgiessen, mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen.
2. Backofen auf 180° Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
3. Für die Béchamelsauce 2 EL Butter in einen Topf geben und zerlassen. Mit Mehl bestäuben und rühren, eine Minute anschwitzen. Mit Milch und Rahm unter Rühren ablöschen und aufkochen. Anschliessend ca. 10 Minuten köcheln lassen.
4. In der Zwischenzeit den Tilsiter reiben.  $\frac{2}{3}$  des geriebenen Käses in die Sauce geben und verrühren, bis er geschmolzen ist. Paprika und Muskatnuss hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Béchamelsauce darf gerne etwas überwürzt sein, da die Nudeln und der Spinat einiges verschlucken.
5. Spinat waschen und trockenschleudern. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. 1 EL Butter in einer Bratpfanne zerlassen und Zwiebeln und Knoblauch glasig dünsten. Spinat hinzufügen und 4 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Von der Herdplatte nehmen. Nudeln hinzugeben und gut vermischen. In eine ofenfeste Auflaufform geben.
6. Béchamelsauce gleichmässig über die Nudeln geben. Mit dem restlichen Käse bestreuen und für ca. 30 Minuten goldgelb überbacken.

## Zutaten

Zwiebel	1
Knoblauchzehen	2
Butter	3 EL
Weizenmehl	2 EL
Milch	200 ml
Vollrahm	200 ml
UrDinkel-Penne rigate oder andere Nudeln	500 g
Blattspinat	200 g
Pfeffer, schwarz	
Salz	
Muskatnuss, gemahlen	
Paprika, edelsüss	$\frac{1}{2}$ TL
Tilsiter, rezent	250 g

## Nährwerte pro Portion

Kcal 998  
Fett 49 g  
KH 95  
EW 41,2 g