



Herbstlicher Nudelauflauf mit Kürbis

Menge: 4 Portionen

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Schwierigkeitsgrad: 🧑🍳 einfach

Zutaten:

300 g Kürbis, küchenfertig*

350 g glutenfreie Nudeln (oder normale Nudeln)

100 g getrocknete Tomaten

6 EL Tomatenmark

1 Prise Rosenpaprika

400 g Kokosmilch

1 TL Zimt

Pfeffer

Chilipulver (nach Belieben)

Salz

veganer Käse (hier ist ein schnelles Rezept)

3 EL Kürbiskerne

Zubereitung:

Nudeln nach Packungsangabe bissfest garen, abgießen und abtropfen lassen.

Kürbis in Spalten schneiden. Die getrockneten Tomaten in Streifen schneiden.

Den Ofen auf 180°C vorheizen.

Tomatenmark, Rosenpaprika, Zimt und Kokosmilch vermengen. Die Sauce mit Pfeffer, Chili und Salz abschmecken.

Die Nudeln mit 2/3 der Tomatensauce vermengen und die Hälfte in eine Auflaufform geben. Alles mit der Hälfte der Kürbisspalten und der Hälfte der getrockneten Tomaten belegen. Nun wieder Nudeln, dann Kürbis und dann Tomaten schichten. Zum Schluss die restliche Sauce, die Kürbiskerne und den Käse über dem Auflauf verteilen und ca. 30 Minuten im Ofen backen.

*Küchenfertiger Kürbis:

Für einen küchenfertigen Kürbis den Kürbis halbieren, entkernen und für 45 bis 60 Minuten bei 180°C in den Ofen geben. Danach kann man ganz einfach die Schale entfernen.

Man kann küchenfertigen Kürbis luftdicht verpackt mehrere Tage im Kühlschrank aufbewahren.