



Farfalle-Auflauf à la Bolognese

Zutaten

- 125 g Farfalle
- 50 g Zwiebeln
- 180 g Möhren
- 150 g Staudensellerie
- 1 TL THOMY Reines Rapsöl
- 50 g Schinkenwürfel
- 200 g Hackfleisch, gemischt
- 300 ml Wasser
- 1 Beutel Maggi Fix für Spaghetti Bolognese
- 100 g Käse, gerieben

Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Farfalle nach Packungsanweisung kochen und abgießen.
3. Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Möhren und Staudensellerie putzen, waschen, Möhren schälen und zusammen ebenfalls in kleine Würfel schneiden.
4. In einer Pfanne THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen. Schinkenwürfel kurz anbraten.
5. Hackfleisch zugeben und krümelig anbraten. Gemüse zufügen und 2-3 Min. mitandünsten.
6. Wasser zugießen, MAGGI fix & frisch Spaghetti Bolognese einrühren und zum Kochen bringen. Die Nudeln unter die Hackfleischsauce heben und in eine Auflaufform füllen.
7. Käse über den Auflauf streuen und im Backofen ca. 20 Min. backen. Dazu einen gemischten Salat servieren. Viele Käsesorten sowie Butter haben von Natur aus geringen Laktosegehalt und werden üblicherweise von Menschen mit Laktoseintoleranz gut vertragen.

Nährwert-Anzeige

Energie	531 Kilokalorien
Protein	33 g
Kohlenhydrate	44 g
Fette	24 g

🕒 45 Minuten

⊕ 3 Portionen