



Überbackene Käse-Nudeln mit Spinat und Schinken



Zeit gesamt
🕒 45min

Zubereitungszeit
🍲 20min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Butter	2 EL
Weizenmehl, Type 405	2 EL
Milch	300 ml
Schlagsahne	100 g
Pfeffer, schwarz	
Penne Rigate	500 g
Blattspinat	200 g
Schwarzwälder Schinken	125 g
Muskatnuss, gemahlen	
Paprika, edelsüß	0.25 TL
Emmentaler gerieben	250 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, große Auflaufform, Sieb, Schneebesen

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. In einem Topf Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebel darin ca. 2 Min. glasig dünsten. Mit Mehl bestäuben und unter Rühren ca. 1 Min. anschwitzen. Mit Milch und Sahne unter Rühren ablöschen und aufkochen. Anschließend ca. 12–15 Min. köcheln. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Inzwischen Nudeln im kochendem Salzwasser ca. 9–11 Min. al dente garen. Im Anschluss in ein Sieb abgießen und etwas abtropfen lassen. Spinat waschen und trocken schleudern. Schinken mit den Händen klein zupfen.
3. Sahnesoße mit Salz, Pfeffer, Muskat und Paprikapulver abschmecken und unter Rühren 100 g des Käses darin schmelzen. Spinat und Schinken dazugeben und kurz erhitzen, bis der Spinat zusammenfällt.
4. Nudeln und Soße in einer Auflaufform mischen und verteilen. Mit übrigem Käse bestreuen im Ofen ca. 25 Min. goldgelb überbacken.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	923 kcal
Kohlenhydrate	102 g
Eiweiß	47 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	36 g