



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG

87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0

Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Maccaroni-Auflauf mit Steinpilzen, Chorizo und Mozzarella

- 600 g GEFRO Ballaststoff Maccaroni
- 2 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra
- GEFRO BIO Kräuterwürze
- 40 g GEFRO Edelpilz Cremesuppe
- 400 g Steinpilze oder Kräuterseitlinge
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- Muskatnuss, frisch gerieben
- 120 g Chorizo (spanische Salami)
- 1 Stück rote Zwiebel
- 1 EL Knoblauchzehe
- 200 g Mozzarella

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Maccaroni-Auflauf mit Steinpilzen, Chorizo und Mozzarella

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 40 Minuten

Nährwerte pro Portion:

30 g Fett 121 g Kohlenhydrate 40 g Eiweiß 19,7 g Ballaststoffe 930 kcal Brennwert

1 Vorbereitung:

Den Backofen auf 180 °C vorheizen.

600 g GEFRO Ballaststoff Maccaroni in reichlich Wasser halb garen, abgießen und auf ein Sieb geben.

2 Pilze anbraten:

400 g Steinpilze oder Kräuterseitlinge putzen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden.

2 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin kurz anbraten.

Mit GEFRO BIO Kräuterwürze, Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen, dann auf das Sieb zu den Nudeln geben.

3 Chorizo und Gemüse anbraten:

Die Schale von der Chorizo abziehen und die Wurst in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Eine Zwiebel halbieren und in Spalten schneiden. 1 Knoblauchzehe fein würfeln.

Pfanne erneut erhitzen und Zwiebspalten, Knoblauch und Chorizo kurz anschwitzen.

4 Auflauf vorbereiten:

Maccaroni, Pilze, Chorizo, Zwiebeln und Knoblauch in eine Auflaufform geben und gut vermengen.

Pfanne mit 500 ml Wasser auffüllen, aufkochen lassen und 40 g GEFRO Edelpilz Cremesuppe einrühren.

2 Minuten köcheln lassen und über die Nudelmasse gießen.

5 **backen:**

200 g Mozzarella in 1 cm dicke Scheiben schneiden und den Auflauf damit belegen.

Im Ofen bei 180 °C ca. 20 Minuten überbacken.

6 **Servieren:**

Nach Belieben mit gehackter Petersilie bestreuen und heiß servieren.

Tipps & Varianten

Tipp: Für ein besonders kräftiges Aroma kann man statt Steinpilzen auch Pfifferlinge verwenden.

Variante: Wer es vegetarisch mag, ersetzt die Chorizo durch getrocknete Tomaten oder gegrillte Paprika.

Nicht vergessen: Der Auflauf lässt sich prima am Vortag vorbereiten - einfach im Kühlschrank aufbewahren und am nächsten Tag überbacken.