

Nudelaufbau mit verschiedenen Gemüsefüllungen

Käse oder Käsealternative
zum Überbacken

Pro Person 125g Nudeln kochen.

mögliche Gemüse:
Brokkoli
Lauch oder Frühlingszwiebeln
Zwiebel und Knoblauch
Zucchini
Hokkaidokürbis
Chicorée
Blumenkohl
Fenchel
Aubergine
Karotten
Paprika
Ausgewähltes Gemüse waschen, b. Bedarf
schälen und klein schneiden.

1 Becher Sahne oder
Sojacuisine
Oder Passierte Tomaten

Gemüse und gekochte Nudeln, sowie die Tomatensoße in der Form schichten. Bei Bedarf mit Käse bedecken und bei 190 Grad ca. 30 Minuten überbacken.

Guten Appetit!!