





Makkaroni-Auflauf



ZUTATEN FÜR 4 Personen

01 00
std : min

- ★ etwas Butter zum Fetten der Form
- ★ 1 Zwiebel, halbiert
- ★ 1 Knoblauchzehe
- ★ 15 g natives Olivenöl extra
- ★ 400 g Rinderhackfleisch
- ★ 100 g Milch
- ★ 100 g Quark
- ★ 300 g Wasser
- ★ 400 g passierte Tomaten
- ★ 1 Prise Zucker
- ★ 1 TL Gemüse-Gewürzpaste
- ★ 20 g Stärke
- ★ je 1 TL getrockneter Thymian, Oregano und Basilikum
- ★ Salz
- ★ frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ★ 300 g Makkaroni
- ★ 100 g Gratinkäse zum Bestreuen

1 | Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform (ca. 20 × 25 cm) mit Butter einfetten.

2 | Die Zwiebel mit dem Knoblauch in den  geben und **2 Sek. | Turbo** zerkleinern. Mit dem  nach unten schieben. Das Öl zufügen und den Zwiebelmix **5 Min. | 100 °C | Stufe 1** andünsten. Anschließend das Hackfleisch zugeben und alles **7 Min. | 100 °C |  | ** dünsten.

3 | Milch, Quark, Wasser, passierte Tomaten, Zucker, Gemüse-Gewürzpaste, Stärke sowie getrocknete Kräuter ebenfalls in den  füllen und **15 Min. | 100 °C | Linkslauf |  | Stufe 1** garen. Zum Schluss die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 | Die Soße und die Makkaroni in die Auflaufform schichten, dabei mit einer Schicht Soße beginnen und abschließen. Den geriebenen Gratinkäse darüberstreuen. Den Makkaroni-Auflauf im vorgeheizten Backofen 35 Min. backen und sofort servieren.

PRO PORTION: 685 KCAL | 41 G E | 28 G F | 66 G KH