

Rezept

Gebackene Bandnudeln Bologneser Art

Ein Rezept von Gebackene Bandnudeln Bologneser Art, am 18.12.2025

Zutaten

250 g glutenfreie Bandnudeln	Salz
1 kleiner Zucchini	2 kleine Möhren
1 kleine rote Paprikaschote	1 große Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 EL Olivenöl
Pfeffer	½ TL edelsüßes Paprikapulver
Zucker	500 g passierte Tomaten (Tetra Pak)
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
100 g mittelalter Gouda	200 ml Milch

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Die Bandnudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsangabe bissfest garen, anschließend in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.
2. Den Zucchini putzen und waschen. Die Möhren putzen und schälen. Die Paprikaschote längs halbieren, von Kerngehäuse und weißen Trennwänden befreien und waschen. Zwiebel und Knoblauch schälen. Das vorbereitete Gemüse sehr klein würfeln.
3. Den Backofen auf 170° vorheizen. Das Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Restliche Gemüsegewürfelchen dazugeben, anbraten und mit Salz, Pfeffer, Paprika und 1 Prise Zucker kräftig würzen.
4. Das Gemüse mit den passierten Tomaten ablöschen, Thymianblättchen und Rosmarinnadeln abzupfen und in die Sauce geben. Diese nochmals aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Käse grob reiben. Nudeln und Gemüsesauce in eine Auflaufform (ca. 20 × 30 cm) geben und durchmengen. Mit der Milch übergießen und mit dem geriebenen Käse bestreuen.
5. Den Auflauf im heißen Ofen (Mitte) in 30 Min. überbacken, bis der Käse geschmolzen ist. Dann aus dem Ofen nehmen, auf vier Tellern anrichten und servieren.