

Nudel-Hack-Auflauf á la Mama Schroeder

Da werden Kindheitserinnerungen wach! Nudel-Hack-Auflauf wie bei Mama Schroeder. Natürlich mit Käse überbacken. Ein Rezept, das uns Sebastian H. Schroeder vom Podcast "Foodsteps" vorgestellt hat.

Vorbereitung 30 Min. · Gesamtzeit 30 Min. · 4 Portionen

Zutaten

2 Zwiebeln (fein gewürfelt)
1-2 Knoblauchzehen
2 Möhren (geraspelt)
400 g Rinderhack
2 EL Tomatenmark
Rotwein (nach Belieben)
650-800 ml San Marzano Tomaten
Thymian, Rosmarin, Oregano, Majoran, Lorbeerblätter (oder ital. Kräutermischung)
1 TL Zucker
etwas Zitrone
Salz & Pfeffer
1 Messerspitze Spirulina (optional, nicht klassisch)
Penne (Menge nach Bedarf)
reichlich Salzwasser zum Kochen
250 g Emmentaler (in Mama Schroeder-Tradition - unsere aktuell meistgemachte Alternative: 200 g Mozzarella (Fior di Latte), trocken & gerieben + 100 g Cheddar)
frisches Basilikum zum Anrichten
Olivenöl zum Anbraten

Zubereitung

1. Gemüse anschwitzen: Olivenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. 2 Zwiebeln (fein gewürfelt) glasig anschwitzen, dann 1-2 Knoblauchzehen (fein gehackt) und 2 Möhren (geraspelt) dazugeben. 2-3 Minuten anbraten, bis die Möhren etwas weich werden.
2. Tomatenmark anrösten: 2 EL Tomatenmark direkt auf das Gemüse geben und 1-2 Minuten anrösten, bis es dunkel und aromatisch wird.
3. Hack anbraten: 400 g Rinderhackfleisch dazugeben und anbraten bis es Farbe bekommt. Das Tomatenmark soll sich an dieser Stelle gut mit dem Hackfleisch verbinden, um die Röstaromen aufzunehmen.

- 4.** Ablöschen und Sauce aufbauen: Wenn vorhanden, mit etwas Rotwein ablöschen und vollständig einkochen lassen. Dann ca. 650 ml San Marzano Tomaten dazugeben. Wenn vorhanden mit Thymian, Rosmarin, Oregano, Majoran und Lorbeerblättern würzen. Alternativ mit einer italienischen Kräutermischung würzen. kommt auf dasselbe raus, ist nur nicht so frisch und aromatisch. Für die verschiedenen Geschmacksanteile nacheinander 1 TL Zucker, etwas Zitrone und reichlich Salz und Pfeffer begeben. Wer mutig ist, kann 1 Messerspitze Spirulina Algen hinzugeben. Ist aber nicht im klassischen Rezept vorgesehen. Spirulina gibt eine tolle Umami-Note dazu (wirklich wenig nehmen und sich langsam vortasten)
- 5.** Auf niedriger Hitze offen einköcheln lassen. Sobald die Sauce zu dick wird, immer wieder 50-100 ml Wasser hinzugeben und weiter einkochen. Je länger, desto besser. Man kann die Sauce nach 20 Minuten weiterverarbeiten, nach 60-90 Minuten ist es aber noch besser.
- 6.** Ofen vorheizen: Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 7.** Pasta kochen: Während die Sauce köchelt, die Pasta in reichlich Salzwasser kochen. Wir nehmen meist Penne aus dem Pastamaker. Abgießen und beiseite stellen. HINWEIS: Wer die Nudeln richtig al dente mag, sollte sie 2 Minuten früher als üblich aus dem Wasser holen, da sie im Ofen noch etwas nachgaren.
- 8.** Pasta- und Saucen-Hochzeit: Zunächst Lorbeerblätter und Rosmarinzweig aus der Sauce entfernen. Dann Pasta und Hackfleischsauce gründlich mischen. In eine große Auflaufform geben.
- 9.** Käse aufstreuen und ab in den Ofen: 200 g trockener und geriebener Mozzarella (Fior di Latte) gleichmäßig über den Auflauf verteilen. Wer möchte, kann noch 100 g Cheddar obendrauf streuen. Meine Mutter hat immer 250 g Emmentaler genutzt. Dann schmeckt es für mich nach Mama, ist aber Geschmacksache.
- 10.** Käse knusprig backen: Im vorgeheizten Ofen auf der unteren Schiene backen bis der Käse flüssig und leicht golden wird. Dann auf Oberhitze 250°C umstellen und auf oberster Schiene für 2 Minuten kross backen.
- 11.** Anrichten: Frisches Basilikum grob zerpflücken und damit anrichten.