

# Makkaroniaufauf mit Paprika und Karotten

## Für 4 Personen:

### Für den Auflauf:

4 Zwiebeln, rot, klein	2 Knoblauchzehen	2 Karotten
2 Spitzpaprika, gelb, rot	8 Tomaten, frisch	2 Tomaten, getrocknet
2 Stiele Thymian	2 EL Sonnenblumenöl	1 TL Tomatenmark
250 ml Gemüsebrühe	20 ml Balsamessig	100 ml Tomatensaft
Salz	Pfeffer	Zucker
500 g Makkaroni, kurz	200 g Bergkäse	

### Für den Salat:

1 Chinakohl, 300 g	1 Zitrone, Abrieb, Saft	1 EL Balsamessig, hell
150 g Joghurt	Salz	Pfeffer
Zucker	2 EL Sonnenblumenöl	

Für den Auflauf Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln bzw. durch ein Knoblauchpresse drücken.

Karotten schälen, abbrausen und fein würfeln oder grob reiben.

Paprika halbieren, entkernen und kleinschneiden.

Tomaten abbrausen, trocknen und würfeln. Thymianblättchen abziehen.

Getrocknete Tomaten fein schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten.

Tomatenmark und getrocknete Tomaten zugeben und kurz anrösten.

Karotten zugeben und ca. 2-3 Minuten andünsten. Dann Paprika und frische Tomaten zugeben und kurz andünsten. Mit Brühe, Essig ablöschen. Tomatensaft unterrühren.

Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Alles ca. 15 Minuten dünsten, dabei etwas einköcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Nudeln in Salzwasser nach Packungsanleitung knapp gar kochen. Abgießen und abtropfen lassen.

Gemüse mit den Nudeln mischen und in eine ofenfeste Form geben.

Käse reiben und ein Drittel mit dem Gemüse mischen. Den übrigen Käse über dem Nudel-Gemüse-Mix verteilen.

Auflauf im Backofen bei 180 Grad Ober- und Unterhitze auf der mittleren Schiene 15-20 Minuten goldbraun überbacken.

Inzwischen den Chinakohl putzen, halbieren, abbrausen, den harten Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden.

Zitronensaft und -schale, Essig, Joghurt, Salz, Pfeffer und Öl zu einem Dressing verrühren. Mit dem Chinakohl mischen und bis zum Servieren ziehen lassen.

Auflauf aus dem Ofen nehmen, mit dem Salat anrichten und servieren.

Martin Gehrlein am 10. September 2024