



Ofen-Lumaconi mit Spinat und Feta

Seelenfutter aus dem Ofen

Einkaufsliste

4 Personen

Für die Ofen-Tomatensauce:

- 400 g Tomaten aus der Dose
- 50 ml Olivenöl
- 1/2 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehen
- 1-2 Zweige Thymian
- 1 TL braunen Zucker
- 1 TL Salz
- 1 EL Paprikapulver edelsüß
- 150 ml Gemüsebrühe
- 1 EL frische Petersilie
- 1 TL getr. Oregano
- 1 TL getr. Rosmarin
- 2 EL Tomatenmark

Für die Spinat-Feta-Lumaconi:

- 250 g Garofalo Lumaconi (ungekocht)
- 50 ml Olivenöl
- 500 g Spinat (frisch oder TK)
- 1/2 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 100 ml Gemüsebrühe
- 50 g Creme Fraiche
- 1 Msp. Muskat
- 1 EL Paprikapulver edelsüß
- 1 EL Basilikum
- 1 frischen Zweig Thymian
- 1 EL Petersilie
- 2 Eier
- 150 g geriebenen Käse
- 100 g Feta
- 50 g Parmesan

So wird's gemacht

Den Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.

Zwiebeln in Ringe schneiden, Knoblauch hacken.

Alle Zutaten für die Tomatensauce in eine Ofenform geben, verrühren und für 20 Minuten in den Ofen geben.

Derweil die Spinat-Feta-Lumaconi vorbereiten.

Hierfür die Lumaconi bissfest kochen. Sie sollten wirklich noch etwas härter sein! Mit kaltem Wasser abschrecken, sodass sie später abgekühlt sind und gefüllt werden können.

Olivenöl in einen Topf geben. Gehackte Zwiebel und Knoblauch anschwitzen. Gewürze dazu geben und kurz mitrösten. Mit der Brühe ablöschen und das Creme Fraiche einrühren. Den Spinat hinzugeben und blanchieren bis er eingefallen ist. Die Eier hinzugeben und alles gut verrühren. Jetzt 75 g Käse hinzugeben und verrühren.

Zum Schluss den Feta grob zerbröseln und ebenso unterheben.

Die Ofentomatensauce aus dem Ofen nehmen.

Mit einem Teelöffel die Lumaconi füllen. Circa 1-2 Teelöffel Füllung in die Lumaconi geben. Die gefüllten Lumaconi in die Ofentomatensauce geben. Wenn alle Lumaconi gefüllt sind, die Masse mit dem restlichen Käse und Parmesan bestreuen. Für 20-30 Minuten im Ofen goldbraun backen.