

Ölsardinen-Nudel-Auflauf

500 g Nudeln	2 Dosen Ölsardinen	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 EL Butter	1 EL Mehl
1/2 TL Senf	1/2 TL Paprikapulver	1 Prise Muskat
1/2 TL Zucker	250 ml Sahne	150 g geriebener Käse
Salz, Pfeffer		

Nudeln nach Packungsanweisung kochen.

Ölsardinen abtropfen lassen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten.

Mehl unterrühren und alles kurz anschwitzen.

Mit Senf, Paprikapulver, Muskat, Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Die Sahne hinzufügen und alles bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren aufkochen lassen, bis eine dickliche Soße entstanden ist.

Ölsardinen in die Soße geben und alles kurz aufkochen lassen.

Nudeln und Soße miteinander vermengen.

Alles in eine gefettete Auflaufform füllen und mit dem Käse bestreuen.

Im vorgeheizten Ofen bei 200°C für 15-20 Minuten überbacken.

Den Ölsardinen-Nudel-Auflauf servieren und genießen.

NN am 18. April 2026