

Imqarrun Il-Forn

Maltesischer Auflauf



Isst man typischerweise im Winter wie im Sommer, denn es schmeckt warm wie kalt hervorragend. Sonntags treffen sich Malteser üblicherweise zu gemeinsamen Familienmahlzeiten – dann wird das Gericht häufig als Vorspeise serviert.

Zubereitung

- 1 Zunächst die Nudeln vorkochen. Anschließend die Zwiebel und den Knoblauch sehr fein hacken und zusammen mit dem Hackfleisch anbraten. Salzen und pfeffern.
- 2 Mit den passierten Tomaten ablöschen und die Soße etwa 10 Minuten köcheln lassen. Dann den geriebenen Parmesan hinzugeben.
- 3 Als nächstes die Soße zur vorgekochten Pasta in den Topf schütten, beide Zutaten ordentlich vermengen und in eine hohe Backschüssel geben. 6 bis 7 Eier schlagen und gleichmäßig über der Pasta mit der Fleischsauce verteilen.
- 4 Den Backofen auf 180°C vorheizen und den Auflauf zwischen 45 und 60 Minuten lang backen.

Zutaten

5 bis 6 Personen als Vorspeise
4 Personen als Hauptspeise

500 g Penne (oder andere Pasta)
750 ml passierte Tomaten
500 g Rindergehacktes
oder nach Vorliebe halb Rind, halb Schwein
1 Zwiebel
1 bis 2 Knoblauchzehen
6 bis 7 Eier
Geriebener Parmesan
Pfeffer und Salz



Zubereitungszeit
1 Stunde



Malta: Imqarrun Il-Forn – Maltesischer Nudelaufbau

Dazu passt gut

...als **Getränk** ein guter Wein, und zwar ein maltesischer!

Das Gericht ist eine vollständige Hauptspeise und benötigt keine Beilagen. Wer möchte, kann es auch als Vorspeise servieren, dann allerdings am besten in etwas kleinerer Portion.



Malta

Im Zuge der großen Osterweiterung der Europäischen Union im Jahr 2004 trat Malta dem Staatenverbund bei. Mit einer Fläche von 320 Quadratkilometern ist Malta das kleinste Land der Europäischen Union und hat dennoch eine große kulinarische Vielfalt zu bieten. Die maltesische, mediterrane Küche weist starke Einflüsse der englischen sowie der italienischen Küche auf. Allgemein sind die Gerichte sehr gemüseorientiert – Tomaten, Zucchini, Bohnen, Erbsen sowie Zwiebeln, Paprika, Spinat und Kohl werden häufig verwendet. Wie in fast allen Mittelmeerküchen sind Oliven, Olivenöl, Brot und verschiedenste Fischarten fester Bestandteil der maltesischen Küche. Als Nationalgericht Maltas gilt *Stuffat tafenek*, traditioneller Kanincheneintopf. Ein beliebter Snack auf Malta sind *Pastizzi*, kleine mit Ricotta gefüllte Blätterteigtaschen.

Der Koch

Peter Cauchi

Mein Geheimtipp, damit's gelingt: Nicht vergessen – beim Kochen viel Wein trinken!



L-ikla t-tajba!
Guten Appetit!

