

Fischstäbchen-Auflauf – so lecker, dass sogar Matrosen schwach werden

Zutaten für 5 Portionen

- 800 g Kartoffeln (vorwiegend festkochend, geschält)
- 500 g iglo Rahmspinat
- 450 g iglo Fischstäbchen
- 100 g geriebener Käse
- 1 TL Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise Muskat



Arbeitszeit:	ca. 15 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 20 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 35 Minuten

Zubereitung:

1. Schneide die Kartoffeln in Viertel und koche sie 15 Minuten in gesalzenem Wasser. Gieße sie ab und gib sie in eine Auflaufform. Zerdrücke sie mit einer Gabel.
2. Verteile den Spinat auf den Kartoffeln. Würze ihn mit Salz, Pfeffer und Muskat. Bestreue den Auflauf mit Käse und verteile die Fischstäbchen darüber.
3. Backe den Fischstäbchenaufbau 20 Minuten bei 220 Grad Umluft.

Du kannst den Fischstäbchen-Auflauf gut vorbereiten, indem du alles fertig in die Auflaufform gibst. Vor dem Essen musst du ihn dann nur noch in den Ofen schieben.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

