

Feurige Salsiccia Pasta mit Fenchel in Tomatensoße

35 – 45 Minuten • 3685 kJ/881 kcal • Tag 2 kochen

3



Farfalle



Knoblauchzehe



rote Zwiebel



Karotte



Fenchelknolle



rote Chilischote



Rosmarin



Thymian



Kalbsfond



Hartkäse geraspelt



Tomatenmark



Butter



Salsiccia



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Zucker*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 große Pfanne, 1 Messbecher, 1 Sieb und 1 großen Topf mit Deckel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Farfalle 15)	270 g	360 g	500 g
Knoblauchzehe ES	2	3	4
rote Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Karotte DE NL ES IL	1	2	2
Fenchelknolle	1	1	2
rote Chilischote NL MA ES	1	1	2
Rosmarin/Thymian	10 g	10 g	10 g
Kalbsfond	150 g	250 g	300 g
Hartkäse geraspelt 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Tomatenmark	70 g	105 g**	140 g
Butter 7)	20 g	30 g	40 g
Salsiccia	100 g	200 g	200 g
Zucker*	Angaben im Text		
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

*Gut, im Haus zu haben

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 580 g)
Brennwert	634 kJ/152 kcal	3685 kJ/881 kcal
Fett	4,93 g	28,66 g
– davon ges. Fettsäuren	2,54 g	14,77 g
Kohlenhydrate	19,76 g	114,89 g
– davon Zucker	3,30 g	19,20 g
Eiweiß	6,48 g	37,71 g
Salz	0,439 g	2,555 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose) 8) Eier 15) Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland NL: Niederlande ES: Spanien IL: Israel EG: Ägypten MA: Marokko



Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Fenchel halbieren, Strunk entfernen und **Fenchel** in feine Streifen schneiden.

Tip: Falls der Fenchel etwas Fenchelgrün besitzt, eignet sich dieses optimal als Topping.

Zwiebel halbieren, abziehen und fein würfeln.

Karotte längs vierteln und fein würfeln.

Knoblauch abziehen und fein hacken.

Chili (Achtung: scharf!) halbieren und in feine Streifen schneiden.



Salsiccia anbraten

Salsiccia aus dem Darm lösen und in grobe Stücke **bröseln** oder schneiden.

In einer großen Pfanne ohne weitere Fettzugabe **Salsiccia** für 3 – 4 Min. anbraten, bis sie etwas Farbe bekommt. Danach aus der Pfanne nehmen.

Fenchel, Zwiebel, Karotte und nach Belieben **Chilistreifen (Achtung: scharf!)** im übrigen **Salsiccia-Fett** für 5 – 6 Min. farblos anschwitzen.



Pasta kochen

Reichlich heißes **Wasser*** in einen großen Topf füllen, **salzen*** und einmal aufkochen lassen.

Farfalle hinzugeben und für 13 – 14 Min. bissfest kochen.

Während der Kochzeit 50 ml [**75 ml | 100 ml**] des **Kochwassers** abnehmen. Nach der Garzeit **Nudeln** durch ein Sieb abgießen.

In der Zwischenzeit mit dem Rezept fortfahren.



Soße kochen

Tomatenmark, Knoblauch und **Butter** in die Pfanne geben und für 1 weitere Min. anbraten.

Salsiccia zurück in die Pfanne geben, Pfanneninhalt mit **Kalbsfond** und dem abgemessenen **Kochwasser*** ablöschen.

Thymian- und **Rosmarinzweige** mit in die Pfanne geben und alles auf mittlerer Hitze für 12 – 14 Min. einkochen lassen.



Letzte Schritte

Kräuter aus der **Soße** entfernen.

Nudeln in die Pfanne geben und alles gut vermengen.

Mit **Salz***, **Pfeffer*** und einer Prise **Zucker*** abschmecken.



Anrichten

Nudeln auf Teller verteilen, nach Belieben mit restlichem **Chili** und **Fenchelgrün** toppen und **Hartkäse** darüber verteilen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:
Lade Deine Freunde jetzt mit
einem frischen Einstiegsrabatt von
mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

