SPAGHETTI MIT FLEISCHBÄLLCHEN

und Tomatensoße

FAMILY

- gemischtes Hackfleisch
- Semmelbrösel
- Gewürzmischung „Paprikagewürz“
- stückige Tomaten mit Basilikum
- Basilikumpaste
- gerebelter Oregano
- geriebener Hartkäse
- Rinderbrühe
- Spaghetti

Marcos Tipps für Kids

Wenn Ihr Eure Kinder mit ins Kochgeschehen einbinden möchtet, lasst sie dabei helfen, die Hackmasse zu verkneten und die Bällchen zu formen. Bei kleinen Kindern fördert das die Feinmotorik und Akzeptanz für Lebensmittel.

30 – 40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe **2**

Tag **1 – 2** kochen

LOS GEHT'S

Zum Kochen benötigt Ihr **1 großen Topf**, **1 große Pfanne**, **1 hohes Rührgefäß** und **1 große Schüssel**.

1 FÜR DIE FLEISCHBÄLLCHEN

In einer großen Schüssel **Hackfleisch** zusammen mit **Semmelbröseln**, **Gewürzmischung** und 2 EL [3 EL] **Wasser*** gründlich vermengen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. Aus der Masse 18 [24] **Bällchen** formen.

2 PASTA KOCHEN

In einem großen Topf reichlich heißes Wasser zum Kochen bringen. **Salzen*** und **Spaghetti** darin ca. 10 Min. bissfest garen.

3 BÄLLCHEN ANBRATEN

1 EL [2 EL] **Öl*** in einer großen Pfanne stark erhitzen und **Fleischbällchen** darin für ca. 5 Min. rundherum anbraten.

4 FÜR DIE SOSSE

Währenddessen in einem hohen Rührgefäß 600 g [800 g] **stückige Tomaten** mit **Basilikum**, 75 ml [100 ml] **Wasser***, **Rinderbrühe**, **Oregano** und **Basilikumpaste** miteinander vermengen.

5 SOSSE VOLLENDEN

Hitze reduzieren und Pfanne mit der vorbereiteten **Soße** ablöschen und weitere 5 [7] Min. offen köcheln lassen, bis die **Fleischbällchen** gar und die **Soße** dickflüssig genug ist. **Pasta** abgießen und zurück in den Topf geben.

6 ANRICHTEN

Einen Teil der **Tomatensoße** mit der **Pasta** mischen, **Pasta** auf tiefen Tellern verteilen und mit der restlichen **Tomatensoße** und den **Fleischbällchen** toppen. Zum Schluss mit **geriebenem Hartkäse** bestreuen und genießen.

Guten Appetit!

3 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	3P	4P
gemischtes Hackfleisch	450 g	600 g
Semmelbrösel 1)	35 g ⚭	50 g
Gewürzmischung „Paprikagewürz“	6 g	8 g
Spaghetti 1)	375 g ⚭	500 g
stückige Tomaten mit Basilikum	600 g ⚭	800 g
Rinderbrühe	6 g	8 g
gerebelter Oregano	2 g	4 g
Basilikumpaste	24 ml	30 ml
geriebener Hartkäse 2) 5)	60 g	80 g
Wasser* für Schritt 1	2 EL	3 EL
Öl* für Schritt 3	1 EL	2 EL
Wasser* für Schritt 4	75 ml	100 ml
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. 550 g)
Brennwert	809 kJ/193 kcal	4.391 kJ/1050 kcal
Fett	7,09 g	38,51 g
– davon ges. Fettsäuren	2,90 g	15,72 g
Kohlenhydrate	20,54 g	111,52 g
– davon Zucker	2,34 g	12,72 g
Eiweiß	9,94 g	53,95 g
Salz	0,324 g	1,758 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

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 5) Milch

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

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

HelloFRESH