

# Strozzapreti! Pasta mit käsiger Bolognese

frischen Kräutern und Tomaten

Zeit sparen Family Viel Gemüse 15 Minuten • 3503 kJ/837 kcal • Tag 2 kochen

28



Simmentaler Rinderhackfleisch



frische Strozzapreti



Käse-Mix



Zwiebel



Tomate (Roma)



Karotte



stückige Tomaten



Basilikum



Oregano



Tomatenpesto



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

Gut im Haus zu haben

Öl\*, Pfeffer\*, Salz\*, Zucker\*



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Was Du benötigst

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

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Simmentaler Rinderhackfleisch	200 g	300 g	400 g
frische Strozzapreti <b>15)</b>	250 g	375 g	500 g
Käse-Mix <b>7)</b>	50 g	75 g	100 g
Zwiebel <b>DE   NL   NZ</b>	1	2	2
Tomate (Roma)	1 g	2 g	2 g
Karotte <b>DE   NL   ES   IL</b>	1	2	2
stückige Tomaten	1	1	2
Basilikum/Oregano	10 g	10 g	10 g
Tomatenpesto <b>14)</b>	25 g	50 g	50 g
Öl*, 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. 620 g)
Brennwert	565 kJ/135 kcal	3503 kJ/837 kcal
Fett	6,00 g	37,21 g
- davon ges. Fettsäuren	2,38 g	14,76 g
Kohlenhydrate	13,77 g	85,38 g
- davon Zucker	2,88 g	17,85 g
Eiweiß	4,52 g	28,02 g
Salz	0,364 g	2,258 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)

**14)** Schwefeldioxide und Sulfite **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 **NZ:** Neuseeland



## Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Währenddessen **Zwiebel** abziehen und fein würfeln.

**Karotte** schälen und grob raspeln.

**Tomate** in 2 cm große Würfel schneiden, Strunk dabei entfernen.

Frische **Oreganoblätter** von den Stielen zupfen und fein hacken.



## Nudeln kochen

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser\*** füllen, kräftig **salzen\*** und einmal aufkochen lassen.

**Strozzapreti** hinzugeben und 3 – 5 Min. bissfest garen. Fertig gekochte **Pasta** anschließend in einem Sieb abgießen und kurz beiseitestellen.



## Hackfleisch anbraten

In einer großen Pfanne 1 EL [2 EL | 2 EL] **Öl\*** bei hoher Hitze erwärmen. **Zwiebel, Karotte** und **Hackfleisch** 2 – 3 Min. anbraten.

Anschließend **Tomatenwürfel** und gehackten **Oregano** zum **Hackfleisch** geben und 2 – 3 Min. weiter anbraten, bis das **Hackfleisch** gebräunt und krümelig ist.



## Bolognese zubereiten

Nach dem Anbraten Hitze reduzieren.

**Stückige Tomaten, Tomatenpesto** und 1 TL [1,5 TL | 1,5 TL] **Zucker\*** hinzugeben, umrühren und 2 – 3 Min. köcheln lassen.

Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

Währenddessen **Basilikum** abzupfen und grob hacken.



## Bolognese vollenden

Nach der Garzeit gekochte **Nudeln** und gehackten **Basilikum** unter die **Soße** mischen und **Käse-Mix** über der **Soße** verteilen. Abgedeckt für 1 Min. weiter köcheln lassen, bis der **Käse** leicht geschmolzen ist.



## Anrichten

**Pasta** auf Tellern anrichten und genießen.

## 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>

