

Strozzapreti! Pasta mit käsiger Bolognese und frischer Tomate

Zeit Sparen Family Viel Gemüse 15 Minuten • 3484 kJ/833 kcal • Tag 2 kochen

28



frische Strozzapreti



geriebener Hartkäse



Tomate



Zwiebel



Karotte



stückige Tomaten



Tomatenpesto



Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“



Rinderhackfleisch



- 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
frische Strozzapreti 15)	250 g	375 g	500 g
geriebener Hartkäse 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Tomate DE	1	1	1
Zwiebel DE NL NZ	1	2	2
Karotte DE NL ES IL	1	2	2
stückige Tomaten	1	1	2
Tomatenpesto 14)	25 g	50 g	50 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	4 g	6 g	8 g
Rinderhackfleisch	200 g	300 g	400 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. 610 g)
Brennwert	569 kJ/136 kcal	3484 kJ/833 kcal
Fett	5,97 g	36,54 g
– davon ges. Fettsäuren	2,34 g	14,32 g
Kohlenhydrate	13,92 g	85,20 g
– davon Zucker	2,95 g	18,04 g
Eiweiß	4,61 g	28,23 g
Salz	0,422 g	2,585 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

14) Schwefeldioxyde 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.

Zwiebel abziehen und fein würfeln.

Karotte schälen und grob raspeln.

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



Pasta 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.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



Hackfleisch anbraten

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

Anschließend **Tomatenwürfel** und „**Hello Buon Appetito**“ 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.



Bolognese vollenden

Nach der Garzeit gekochte **Nudeln** unter die **Soße** mischen und geriebenen **Käse** 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>

