

# Strozzapreti! Pasta mit käsiger Bolognese und frischer Tomate

Zeit sparen Family 15 Minuten • 900 kcal • Tag 2 kochen



frische Strozzapreti



geriebener Hartkäse



Tomate



Zwiebel



Karotte



stückige Tomaten



Tomatenpesto



Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“



gemischtes Hackfleisch

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten

Öl\*, Pfeffer\*, Salz\*, Zucker\*

## Kochutensilien

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

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Strozzapreti <b>15)</b>	250 g	375 g	500 g
geriebener Hartkäse <b>7) 8)</b>	40 g	60 g	80 g
Tomate <b>NL   ES   MA</b>	1	1	1
Zwiebel <b>DE   NL   NZ</b>	1	2	2
Karotte <b>DE   NL   DK</b>	1	2	2
stückige Tomaten	1	1	2
Tomatenpesto <b>14)</b>	25 g	50 g	50 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	4 g	6 g	8 g
gemischtes Hackfleisch	250 g	375 g	500 g

\*\*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. 640 g)
Brennwert	591 kJ/141 kcal	3765 kJ/900 kcal
Fett	6,48 g	41,29 g
– davon ges. Fettsäuren	2,35 g	14,94 g
Kohlenhydrate	13,38 g	85,20 g
– davon Zucker	2,83 g	18,04 g
Eiweiß	5,34 g	34,03 g
Salz	0,613 g	3,903 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)** 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  
**MA:** Marokko **NZ:** Neuseeland **DK:** Dänemark



## Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

**Zwiebel** halbieren und fein würfeln.

**Karotte** nach Belieben schälen und grob raspeln.

**Tomate** in 2 cm große Würfel schneiden.



## 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>

