



Überbackenes Baguette

gefüllt mit Bolognese

30 Minuten • 3195 kJ/764 kcal • Tag 2 kochen

303

ADD-ON



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Gewürzmischung
„Hello Buon Appetito“



Tomate



Käse-Mix



Steinofenbaguette



gemischtes Hackfleisch



Tomatenmark



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

Gut im Haus zu haben

Wasser*, Öl*, Pfeffer*, Salz*, Zucker*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 Messbecher und 1 große Pfanne

Zutaten 2 Personen

	2P
rote Zwiebel DE NL EG	1
Knoblauchzehe ES	1
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	4 g
Tomate NL ES MA BE	1
Käse-Mix 7)	50 g
Steinofenbaguette 15)	1
gemischtes Hackfleisch	200 g
Tomatenmark	70 g
Wasser*, 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. 460 g)
Brennwert	694 kJ/166 kcal	3195 kJ/764 kcal
Fett	7,16 g	32,97 g
– davon ges. Fettsäuren	2,86 g	13,17 g
Kohlenhydrate	16,66 g	76,71 g
– davon Zucker	3,27 g	15,08 g
Eiweiß	8,08 g	37,22 g
Salz	0,950 g	4,376 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) 15) Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien **MA:** Marokko **BE:** Belgien



Gemüse schneiden

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Zwiebel abziehen, halbieren und in Streifen schneiden.

Knoblauch abziehen und fein hacken.



Hackfleisch braten

Tomate halbieren, Strunk herausschneiden und **Tomatenhälften** grob würfeln.

In einer Pfanne 1 EL **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen.

Hackfleisch, Zwiebeln und **Knoblauch** in die Pfanne geben und ca. 5 Min. knusprig braten.

Mit **Salz***, **Pfeffer*** und **Gewürzmischung** würzen, **Tomatenwürfel** hinzugeben und weitere 3 Min. braten.



Für die Soße

Tomatenmark hinzugeben, umrühren und 1 weitere Min. mitbraten.

Pfanne mit 150 ml **Wasser*** ablöschen und ca. 2 – 3 Min. einköcheln lassen, bis die **Soße** eingedickt ist.

Zum Schluss mit **Salz***, **Pfeffer*** und einer Prise **Zucker*** abschmecken.



Brot vorbereiten

Aus dem **Baguette** über die gesamte Länge einen Keil herausschneiden, herausnehmen und mit einem Löffel noch etwas mehr **Teig** entfernen, damit genügend Platz zum Füllen ist.

Baguette großzügig mit der **Bolognese** füllen und mit **Käse** bestreuen.



Brot aufbacken

Gefülltes **Baguette** auf einem mit Backpapier belegten Backblech im vorgeheizten Ofen für 5 – 6 Min. backen, bis der **Käse** geschmolzen und das **Baguette** von unten knusprig ist.



Anrichten

Fertig gebackenes **Baguette** nach Belieben portionieren 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>

