

Gnocchi in cremiger Rinderhackfleisch-Bolognese mit vorgeschnittenem Karotten-Lauch-Mix & Basilikum

Family **Zeit Sparen** 15 – 25 Minuten • 800 kcal • Tag 2 kochen

15



Rinderhackfleisch



frische Gnocchi, vorgekocht



Karotte-Lauch-Mix



rote Kirschtomaten



Knoblauchzehe



Basilikum



Tomatensugo



Crème fraîche, Bio



Gewürzmischung
„Hello Buon Appetito“



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Butter*, Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*

Kochutensilien

1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rinderhackfleisch	200 g	300 g	400 g
frische Gnocchi, vorgekocht (15)	400 g	600 g	800 g
Karotte-Lauch-Mix	300 g	400 g	600 g
rote Kirschtomaten	125 g	125 g	250 g
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Basilikum	10 g	10 g	20 g
Tomatensugo	200 g	300 g	400 g
Crème fraîche, Bio(7)	100 g	150 g**	200 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	2 g	4 g	4 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. 680 g)
Brennwert	492 kJ/118 kcal	3349 kJ/800 kcal
Fett	6,8 g	46,2 g
– davon ges. Fettsäuren	3,3 g	22,4 g
Kohlenhydrate	9,8 g	66,8 g
– davon Zucker	3,4 g	23,3 g
Eiweiß	3,8 g	26,1 g
Salz	0,68 g	4,66 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: ES: Spanien

1



Gnocchi anbraten

Knoblauch abziehen und fein hacken.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter*** erhitzen. **Gnocchi** darin 8 – 10 Min. goldbraun anbraten. Mit dem Rezept fortfahren und ggf. warm halten.

2



Für die Bolognese

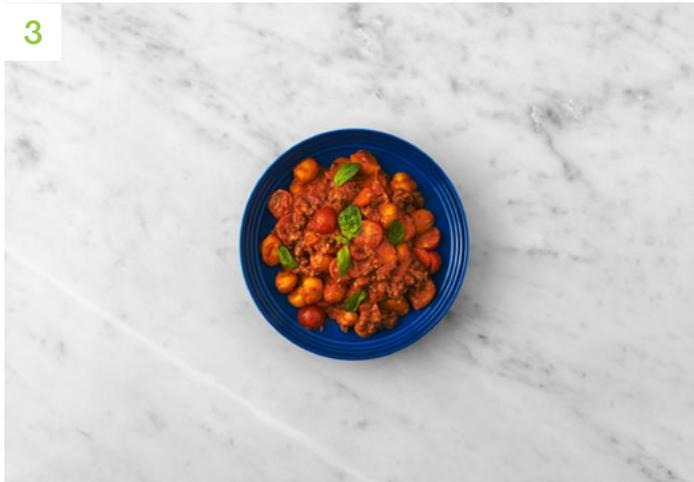
In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** erhitzen. **Rinderhackfleisch**, **Knoblauch** und **Karotte-Lauch-Mix** darin 5 – 7 Min. anbraten.

In der Zwischenzeit **Kirschtomaten** halbieren.

Pfanneninhalt mit **Tomatensugo** und „**Hello Buon Appetito**“ ablöschen und 2 – 3 Min. köcheln lassen.

Crème fraîche hinzugeben, aufkochen lassen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

3



Anrichten

Basilikumblätter abzupfen.

Gnocchi und **Kirschtomaten** in die Pfanne mit der **Bolognese** geben und vermengen.

Gnocchi in **Bolognesesoße** auf tiefe Teller verteilen und mit den **Basilikumblättern** toppen.

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>

