

# Klassische Pasta Bolognese mit Rinderhack

mit Karotte und geriebenem Hartkäse

Family 30 - 40 Minuten • 993 kcal • Tag 2 kochen











stückige Tomaten







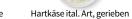
Tomatenmark

Gewürzmischung "Hello Buon Appetito"





Knoblauchzehe







Rinderbrühe





## Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Öl\*, Pfeffer\*, Wasser\*, Salz\*

#### Kochutensilien

1 großen Topf, 1 großen Topf mit Deckel, 1 Gemüseschäler, 1 Sieb und 1 Gemüsereibe

### Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rinderhackfleisch	200 g	300 g	400 g
Fettuccine 15)	270 g	360 g	500 g
stückige Tomaten	390 g	585 g <b>**</b>	780 g
Karotte <b>DE</b>	1	1	2
Gewürzmischung "Hello Buon Appetito"	2 g	2 g	4 g
Tomatenmark	70 g	105 g**	140 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Rinderbrühe	2 g**	4 g	4 g
Zwiebel <b>DE</b>	1	1	2
			_

<sup>\*\*</sup>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.)

(berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)				
	100 g	Portion (ca. 620 g)		
Brennwert	671 kJ/160 kcal	4156 kJ/993 kcal		
Fett	5,5 g	34,3 g		
– davon ges. Fettsäuren	2,41 g	14,9 g		
Kohlenhydrate	19,3 g	119,4 g		
– davon Zucker	3,7 g	22,9 g		
Eiweiß	7,9 g	48,8 g		
Salz	0,44 g	2,71 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 15) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland ES: Spanien



## Vorbereitung

Erhitze reichlich Wasser im Wasserkocher.

Zwiebel fein würfeln.

**Knoblauch** fein reiben oder durch eine **Knoblauchpresse** pressen.

Karotte schälen und grob reiben.



#### Fleisch und Gemüse anbraten

In einem großen Topf mit Deckel 1 EL [1,5 EL | 2 EL] Öl\* bei hoher Hitze erhitzen.

**Rinderhackfleisch** und **Zwiebel** darin 3 – 4 Min. anbraten, bis das **Hackfleisch** gebräunt und krümelig ist.

Temperatur auf mittlere Hitze reduzieren, **Karotte** und **Knoblauch** hinzufügen und 2 – 3 Min. mitbraten.

Tomatenmark und "Hello Buon Appetito" hinzufügen und kurz mitbraten. Mit Salz\* und Pfeffer\* würzen.



## Tomaten hinzufügen

Die angebratene **Mischung** mit **stückigen Tomaten**, **Rinderbrühe** und 50 ml [**75 ml** | **100 ml**] heißem **Wasser\*** ablöschen.

Alles umrühren und die **Soße** bei schwacher Hitze mit Deckel ca. 10 Min. köcheln lassen.



#### Pasta kochen

Währenddessen in einen zweiten großen Topf reichlich heißes **Wasser**\* füllen, **salzen**\* und zum Kochen bringen.

**Fettuccine** darin ca. 12 Min. bissfest garen. **Pasta** nach Ende der Kochzeit durch ein Sieb abgießen.



## Soße vollenden

Deckel von dem Soßentopf abnehmen und die **Soße** weitere 5 Min. offen köcheln lassen, bis sie ein wenig eingedickt ist.

Tipp: Falls Dir die Bolognese zu dickflüssig ist, gib' einfach einen Schluck Wasser\* hinzu und rühre um.



## **Anrichten**

**Pasta** und **Bolognesesoße** auf Teller verteilen und mit **Hartkäse** bestreuen.

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

