

Strozzapreti Pasta mit käsiger Bolognese und frischer Tomate

Family **extra schnell** 15 – 25 Minuten • 874 kcal • Tag 2 kochen

45



gemischte Hackfleischzubereitung



frische Strozzapreti



Karotte



stückige Tomaten



Tomatenpesto



Hartkäse ital. Art, gerieben



Zwiebel



Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“



Tomate (Roma)

FÜR DIE GANZE FAMILIE

In 25 Min. auf dem Tisch!



ZEIT SPAREN

Nächste Woche im Menü:
MUSCHELNUDELBAR MIT KÄSE



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

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

Kochutensilien

1 Gemüsereibe, 1 großer Topf, 1 Sieb und
1 große Pfanne mit Deckel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
gemischte Hackfleischzubereitung	250 g	375 g	500 g
frische Strozzapreti 15)	250 g	375 g	500 g
Karotte DE NL ES IL	1	2	2
stückige Tomaten	390 g	390 g	780 g
Tomatenpesto 14)	25 g	50 g	50 g
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	20 g	40 g	40 g
Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	4 g	6 g	8 g
Tomate (Roma) NL MA ES	1	2	2

**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.)

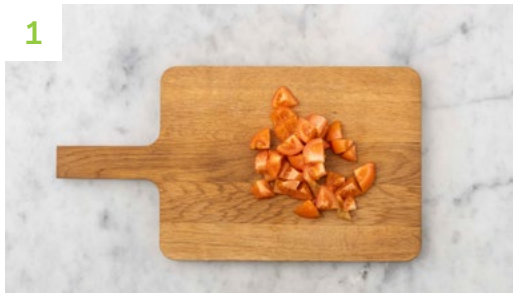
	100 g	Portion (ca. 610 g)
Brennwert	595 kJ/142 kcal	3656 kJ/874 kcal
Fett	6,4 g	39,4 g
– davon ges. Fettsäuren	2,3 g	13,9 g
Kohlenhydrate	14 g	86,3 g
– davon Zucker	3,1 g	19,2 g
Eiweiß	5,2 g	31,9 g
Salz	0,78 g	4,78 g

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 **IL:** Israel **MA:** Marokko **EG:** Ägypten



Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Zwiebel halbieren und fein würfeln.

Karotte nach Belieben schälen und grob raspeln.

Tomate in 2 cm 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.

Pasta anschließend durch ein Sieb abgießen und kurz beiseitestellen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



Hackfleisch anbraten

In einer großen Pfanne 1 EL [2 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen.

Hackfleisch, Zwiebel und **Karotte** darin 2 – 3 Min. scharf anbraten.

Tomatenwürfel und „Hello Buon Appetito“ dazugeben und 2 – 3 Min. weiter anbraten, bis das **Hackfleisch** gebräunt und krümelig ist.



Bolognese zubereiten

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** darüber verteilen.

Abgedeckt 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>

