



# Überbackenes Baguette gefüllt mit Bolognese

30 – 40 Minuten • 814 kcal • Tag 2 kochen

303



Steinofenbaguette



gemischte  
Hackfleischzubereitung



Tomate



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



junger Gouda, gerieben



Tomatenmark



Gewürzmischung  
„Hello Buon Appetito“

**GESTALTE DEIN PERFEKTES  
WEIHNACHTSMENÜ**



ZUR AUSWAHL



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

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

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

## Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier und 1 große Pfanne

## Zutaten 2 Personen

	2P
Steinofenbaguette <b>15</b>   <b>16</b> )	250 g
gemischte Hackfleischzubereitung	250 g
Tomate <b>NL</b>   <b>ES</b>   <b>MA</b>	1
rote Zwiebel <b>DE</b>   <b>NL</b>   <b>EG</b>	1
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1
junger Gouda, gerieben <b>7</b> )	50 g
Tomatenmark	35 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	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. 460 g)
Brennwert	738 kJ/176 kcal	3406 kJ/814 kcal
Fett	8,5 g	39,1 g
– davon ges. Fettsäuren	3,6 g	16,7 g
Kohlenhydrate	16 g	74 g
– davon Zucker	2,7 g	12,4 g
Eiweiß	8,8 g	40,6 g
Salz	1,04 g	4,79 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 **16**) Gerste

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien

**MA:** Marokko **EG:** Ägypten



## Gemüse schneiden

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

**Tomate** grob würfeln.

**Zwiebel** halbieren und in Streifen schneiden.

**Knoblauch** fein hacken.



## Hackfleisch braten

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

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

Mit „**Hello Buon Appetito**“, **Salz\*** und **Pfeffer\*** 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 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 herausausschneiden, herausnehmen und mit einem Löffel noch etwas mehr **Teig** entfernen, damit genügend Platz zum Füllen ist.

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



## Brot aufbacken

Gefülltes **Baguette** auf einem mit Backpapier belegten Backblech im vorgeheizten Ofen 5 – 6 Min. backen, bis der **Käse** geschmolzen und das **Brot** 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>

