

Rigatoni al Ragù mit Rind und Aubergine in würziger Tomatensoße mit Hartkäse

Family 25 – 35 Minuten • 1105 kcal • Tag 2 kochen

34



Rinderhackfleischzubereitung



Rigatoni



Aubergine



stückige Tomaten



Knoblauchzehe



Hartkäse ital. Art, gerieben



Kochsahne



Gewürzmischung
„Hello Buon Appetito“



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Pfeffer*, Salz*, Zucker*, Wasser*, Olivenöl*, Butter*

Kochutensilien

1 Gemüsereibe, 2 großer Topf und 1 Sieb

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rinderhackfleischzubereitung	200 g	300 g	400 g
Rigatoni 15)	270 g	360 g	500 g
Aubergine NL ES MA	1	2	2
stückige Tomaten	390 g	585 g**	780 g
Knoblauchzehe ES	2	3	4
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	20 g	40 g	40 g
Kochsahne 7)	150 g	225 g**	300 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. 700 g)
Brennwert	663 kJ/158 kcal	4622 kJ/1105 kcal
Fett	7,1 g	49,2 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	13,7 g
Kohlenhydrate	16,8 g	117,1 g
– davon Zucker	3 g	21,1 g
Eiweiß	6,5 g	45,6 g
Salz	0,67 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) 8) Eier 15) Weizen

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

Ursprungsländer: NL: Niederlande ES: Spanien MA: Marokko



Pasta kochen

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser*** füllen, kräftig **salzen*** und aufkochen. **Pasta** hinzugeben und 10 – 11 Min. bissfest garen.

Danach durch ein Sieb abgießen und dabei 100 ml [150 ml | 200 ml] **Kochwasser*** auffangen.



Soße fertigstellen

Soße mit dem **Kochwasser***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Butter***, **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Für die Soße

Aubergine grob raspeln.

Knoblauch fein reiben.

In einem zweiten großen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** erhitzen. **Rinderhackfleisch** darin 2 – 3 Min. scharf anbraten.



Pasta fertigstellen

Pasta in den Topf geben, gründlich vermengen und 1 Min. eindicken lassen.



Soße köcheln lassen

Aubergine in den Topf geben und 2 – 4 Min. mitbraten. **Knoblauch** hinzugeben und 1 Min. mit anschwitzen.

Mit **stückigen Tomaten**, „Hello Buon Appetito“ und **Kochsahne** ablöschen. Die **Soße** 8 – 10 Min. köcheln lassen.



Anrichten

Rigatoni auf tiefe Teller verteilen. Mit **Hartkäse** garnieren.

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>

