

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

Family Thermomix kocht • 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*, Öl*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Pfanne und 1 großer Topf

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



1 Zu Beginn

Knoblauch abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

10 g [**15 g | 15 g**] **Öl*** zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten.

Währenddessen **Aubergine** in ca. 2,5 cm Stücke schneiden.



2 Dünsten

Aubergine in den Mixtopf zugeben und **4 Sek./Stufe 5** zerkleinern.

Stückige Tomaten, „Hello Buon Appetito“, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und **9 Min./100 °C/Reverse/Stufe 1** garen.

Währenddessen fortfahren.



3 Für die Soße

In einer großen Pfanne 1 EL [**1,5 EL | 2 EL**] **Olivenöl*** erhitzen. **Rinderhackfleisch** darin 3 – 4 Min. scharf anbraten.

Angebratenes **Hackfleisch** nach der Dünstzeit in den Mixtopf zugeben und mit dem Spatel unterheben.

Kochsahne zugeben, anstelle des Messbechers den Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **20 Min./98 °C/Reverse/Stufe 1** garen.



4 Pasta kochen

In einen großen Topf reichlich **Wasser*** füllen, kräftig **salzen*** und aufkochen.

Pasta ins kochende **Wasser** geben und 10 – 11 Min. bissfest garen.

Danach durch den Varoma-Behälter abgießen und **Pasta** zurück in den Topf geben, dabei 100 ml [**150 ml | 200 ml**] **Kochwasser*** auffangen.



5 Pasta vollenden

Soße und aufgefangenes **Kochwasser** zur **Pasta** in den Topf geben, und gründlich vermengen.

Mit 1 TL [**1,5 TL | 2 TL**] **Zucker***, 1 TL [**1,5 TL | 2 TL**] **Butter***, **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 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>

