

Strozzapreti Pasta mit käsiger Bolognese und frischer Tomate

Family Thermomix kocht • 867 kcal • Tag 2 kochen

45



gemischte Hackfleischzubereitung



frische Strozzapreti



Tomate



Karotte



stückige Tomaten



Tomatenpesto



Hartkäse ital. Art, gerieben



Zwiebel



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*, Öl*, Wasser*

Kochutensilien

Thermomix® und 1 großer Topf

Zutaten 2 – 4 Personen

| | 2P | 3P | 4P |
|--|-------|-------|-------|
| gemischte Hackfleischzubereitung | 250 g | 375 g | 500 g |
| frische Strozzapreti 15) | 250 g | 375 g | 500 g |
| Tomate NL ES MA BE | 1 | 1 | 1 |
| Karotte DE IL NL FR IT ES | 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 |

**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. 630 g) |
|-------------------------|-----------------|---------------------|
| Brennwert | 578 kJ/138 kcal | 3626 kJ/867 kcal |
| Fett | 6,2 g | 39,1 g |
| – davon ges. Fettsäuren | 2,1 g | 13,5 g |
| Kohlenhydrate | 13,7 g | 86,1 g |
| – davon Zucker | 3 g | 19 g |
| Eiweiß | 5 g | 31,3 g |
| Salz | 0,76 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) **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 **IL:** Israel **NL:** Niederlande **FR:** Frankreich **IT:** Italien **ES:** Spanien **MA:** Marokko **BE:** Belgien **EG:** Ägypten



Für die Bolognese

Zwiebel abziehen und halbieren.

Karotte nach Belieben schälen und grobe Stücke schneiden.

Zwiebel und **Karotten** in den Mixtopf geben, **6 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.



Pasta kochen

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

Strozzapreti hinzugeben und 3 – 5 Min. bissfest garen.

Fertig gekochte **Pasta** anschließend durch den Varoma-Behälter abgießen und **Pasta** zurück in den Topf geben.



Dünsten

15 g [15 g | 20 g] **Öl*** in den Mixtopf zugeben und **3 Min./120 °C/Reverse/Stufe 1** dünsten.

Hackfleisch in den Mixtopf zugeben, mit dem Spatel vorsichtig unterheben und **5 Min./120 °C/Reverse/Stufe 0,5** dünsten.

Währenddessen **Tomate** in 2 cm Würfel schneiden.



Pasta vollenden

Soße zur **Pasta** in den Topf geben, mischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Geriebenen Käse darüber verteilen und abgedeckt für 1 Min. ziehen lassen, bis der **Käse** leicht geschmolzen ist.



Bolognese zubereiten

Stückige Tomaten, Tomatenpesto, Tomatenwürfel, „Hello Buon Appetito“, 1 TL [1,5 TL | 1,5 TL] Zucker*, Salz* und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben, mit dem Spatel einmal vermischen, anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **10 Min./100 °C/Reverse/Stufe 1** garen.

Währenddessen fortfahren.



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>

