

Strozzapreti Pasta mit käsiger Bolognese und frischer Tomate

Family Thermomix kocht • 874 kcal • Tag 2 kochen

45



gemischte Hackfleischzubereitung



frische Strozzapreti



Tomate (Roma)



Karotte



stückige Tomaten



Tomatenpesto



Hartkäse ital. Art, gerieben



Zwiebel



Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“

DAS GING SCHNELL?

Entdecke die große Auswahl an schnellen Rezepten für nächste Woche.



ZEIT SPAREN



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 (Roma) NL MA ES	1	2	2
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

**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) Schwefeldioxyde 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 ES: Spanien 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>

