

# Strozzapreti Pasta mit käsiger Bolognese und Tomatenpesto

Family **extra schnell** Thermomix kocht • 914 kcal • Tag 2 kochen

45



frische Strozzapreti



gemischte Hackfleischzubereitung



Karotte



Tomatenpesto



Hartkäse ital. Art, gerieben



Zwiebel



Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“



Gehackte Tomaten mit Knoblauch und Zwiebeln



- 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
frische Strozzapreti <b>15)</b>	250 g	375 g	500 g
gemischte Hackfleischzubereitung	250 g	375 g	500 g
Karotte <b>DE   NL   ES   IL</b>	1	2	2
Tomatenpesto <b>14)</b>	25 g	50 g	50 g
Hartkäse ital. Art, gerieben <b>7) 8)</b>	40 g	60 g	80 g
Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	2	2
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	4 g	6 g	8 g
Gehackte Tomaten mit Knoblauch und Zwiebeln	390 g	390 g	780 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. 590 g)
Brennwert	652 kJ/156 kcal	3825 kJ/914 kcal
Fett	7,2 g	42,2 g
– davon ges. Fettsäuren	2,7 g	15,8 g
Kohlenhydrate	15 g	87,9 g
– davon Zucker	3,3 g	19,5 g
Eiweiß	5,8 g	34,2 g
Salz	0,96 g	5,64 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 Sulfit **15)** Weizen

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **IL:** Israel **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.



## 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**, „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>

