



Hackbällchen mit Pflaumen

an Béchamel-Sauce mit Penne



30-40min



2 Personen

Heute in deiner Box: süßliche Hackbällchen, in die getrockneten Pflaumen gemischt werden! Wir waren begeistert! Und gemeinsam mit einer cremigen Béchamel-Sauce und knackigem Rucola ist dein Abendessen schnell serviert!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung getrocknete Pflaumen
- 1 Zwiebel
- 5g frischer Salbei
- 1 Päckchen Semmelbrösel 1
- 1 Packung Schweinehackfleisch
- 1 Päckchen gemahlene Muskatnuss
- 250g Penne 1
- 1 Packung Milch 7
- 1 Geflügelbrühwürfel 9
- 1 Stück italienischer Hartkäse 7
- 1 Packung Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Weizenmehl 1
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- mittelgroßer Kochtopf
- große Pfanne
- Schneebesen
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

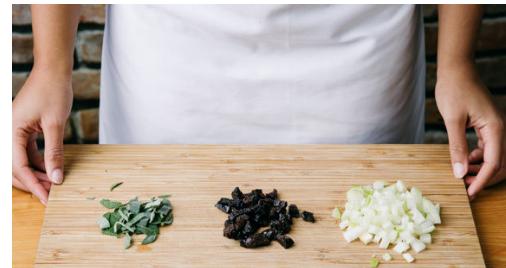
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1120kcal, Fett 44.8g, Kohlenhydrate 128.6g, Eiweiß 46.1g



1. Pflaumen würfeln

Die **getrockneten Pflaumen** in feine Würfel schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und ebenfalls in feine Würfel schneiden. Die **Salbeiblätter** von den Stängeln zupfen und in feine Streifen schneiden. Die **Semmelbrösel** in 50ml Wasser einweichen.



2. Hackfleisch würzen

Das **Hackfleisch** mit den **getrockneten Pflaumen**, der **1/2 der Zwiebeln**, dem **Salbei** und den eingeweichten **Semmelbröseln** gut verkneten und mit Salz und Pfeffer sowie **Muskat nach Geschmack** würzen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen.



3. Hackbällchen anbraten

Aus der **Hackfleischmasse** mit den Händen **8-12 kleine Hackbällchen** formen, diese etwas flach drücken und in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 4-5 Min rundum braun anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die **Hackbällchen** ca. 2Min. in der Pfanne ruhen lassen.



4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 8-10Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



5. Béchamelsauce ansetzen

Die **restlichen Zwiebeln** in einem großen Topf mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. anschwitzen, dann mit 2EL Mehl bestäuben und noch ca. 1Min. braten. Nach und nach mit der **Milch** und 50-100ml Wasser ablöschen. Den **Brühwürfel** hinzugeben und die **Sauce** unter stetigem Rühren mit einem Schneebesen 5-6Min. cremig und glatt einkochen.



6. Sauce fertigstellen

Die **Hackbällchen** in die **Béchamelsauce** geben und 4-5Min. auf niedriger Hitze ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Inzwischen den **Käse** reiben. Den **Rucola** halbieren und kurz vor dem Servieren unter die **Sauce** mischen. Die **Penne** mit den **Hackbällchen** und der **Sauce** anrichten und mit dem **Käse** bestreut servieren.