



Hackbällchen mit Pflaumen

an Béchamel-Sauce mit Penne



30-40min



3-4 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

- 2 Packungen getrocknete Pflaumen
- 1 Zwiebel
- 10g frischer Salbei
- 1 Packung Semmelbrösel ¹
- 1 Packung Schweinehackfleisch
- 1 Päckchen gemahlene Muskatnuss
- 500g Penne ¹
- 2 Packungen Milch ⁷
- 1 Geflügelbrühwürfel ⁹
- 1 italienischer Hartkäse ⁷
- 1 Packung Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Weizenmehl ¹
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- 2 große Kochtöpfe
- 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 1036kcal, Fett 38.8g, Kohlenhydrate 123.4g, Eiweiß 43.9g



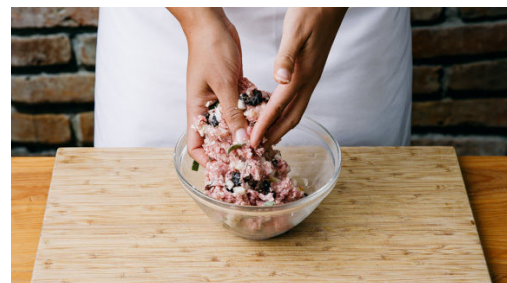
1. Pflaumen würfeln

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 100ml Wasser einweichen.



4. Pasta kochen

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



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 großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen.



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 100-150ml Wasser ablöschen. Den **Brühwürfel** hinzugeben und die **Sauce** unter stetigem Rühren mit einem Schneebesen 5-6Min. cremig und glatt einkochen.



3. Hackbällchen anbraten

Aus der **Hackfleischmasse** mit den Händen **10-14 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.



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.