



## Penne mit Schweinehack und Fenchel

fruchtig-fein mit Kirschtomaten und Käse



ca. 25min



2 Personen

Fenchel und Schwein sind ein tolles Team! Das wissen natürlich auch italienische Gourmets - und verarbeiten Fenchelsamen häufig in der populären Salsiccia-Wurst. Bei uns tritt das tolle Gespann ganz lässig mit frischen Kirschtomaten, aromatischem Basilikum und großzügigen Käsehobeln als Pastagericht auf. So einfach, so lecker. Bravissimo!

## Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Penne <sup>1</sup>
- 1 Fenchelknolle
- 1 Knoblauchzehe
- 250g Schweinehackfleisch
- 1 Pck. Fenchelsamen
- 1 Dose Bio-Tomatenmark
- 10g Basilikum
- 250g Kirschtomaten
- 1 Stück italienischer Hartkäse <sup>2</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- 2 mittelgroße Töpfe
- Messbecher
- Sparschäler
- Sieb

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

### Allergene

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 780kcal, Fett 25.7g, Kohlenhydrate 90.3g, Eiweiß 43.3g



1. Fenchel schneiden

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Den **Fenchel** längs halbieren, dabei den harten Strunk und die Stängel entfernen und den **Fenchel** in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. **100ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



2. Hackfleisch anbraten

Das **Hackfleisch** und **½-1TL Fenchelsamen** in einem zweiten mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 3-4Min. anbraten, bis das **Hackfleisch** gebräunt ist. Dabei regelmäßig umrühren.



5. Zutaten vorbereiten

Inzwischen die **Basilikumblätter** abzupfen und grob schneiden. Die **Stängel** fein schneiden und unter die **Sauce** rühren. Die **Kirschtomaten** halbieren. Den **Käse** mit einem Sparschäler in dünne Scheiben hobeln.



3. Sauce köcheln

Den **Fenchel**, den **Knoblauch** und die **½ des Tomatenmarks** zu dem **Hackfleisch** geben und ca. 1Min. mitbraten, bis das **Tomatenmark** etwas am Boden ansetzt. 200ml Wasser, ½TL Salz und ½TL Zucker dazugeben und alles bei mittlerer Hitze 9-10Min. köcheln lassen, bis der **Fenchel** gar und die **Sauce** eingedickt ist. Ggf. mehr Wasser zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Fertigstellen & servieren

Die **abgetropfte Pasta** mit den **100ml Pastawasser** und den **Kirschtomaten** unter die **Sauce** mengen und ca. 1Min. erwärmen. Die **Pasta samt Sauce** auf Teller verteilen, mit dem **Basilikum** und dem **Käse** garnieren und servieren.