



## Champignon-Hack-Bolognese mit Pappardelle

garniert mit gerösteten Zwiebeln und Käse



ca. 35min



3 Portionen

Heute schneiden wir frische Lasagneblätter in lange Streifen und erhalten somit die typische Pappardelleform. Dazu gibt's eine geniale Sauce mit extraviel Umami-Geschmack, denn das Hackfleisch wird mit gebratenen Champignons und Sojasauce geköchelt. Willkommen im Pastahimmel! Das Rezept ergibt bei einem 2-Port.-Plan 3, bei einem 4-Port.-Plan 6 Portionen.



## Was du von uns bekommst

- 500g frische Lasagneblätter <sup>1,2</sup>
- 250g Champignons
- 2 Knoblauchzehen
- 375g gemischtes Hack von Rind und Schwein
- 3 Tomaten
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 25ml Tamari-Sojasauce <sup>4</sup>
- 1 Zwiebel
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt <sup>3</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 3EL Butter oder Pflanzenöl
- Salz und Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- kleine Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenwaage
- Sieb

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

### Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Sojabohnen (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 830kcal, Fett 36.3g, Kohlenhydrate 83.5g, Eiweiß 43.5g



### 1. Pilze braten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **375g Pasta** zum Kochen bringen. Die **Pilze** ggf. säubern und in dünne Scheiben schneiden, dann in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl oder Butter und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze in 7-8Min. goldbraun braten.



### 2. Hackfleisch braten

Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken, zu den **Pilzen** in die Pfanne geben und ca. 30Sek. anbraten. Die **Pilze** anschließend aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Das **Hackfleisch** in derselben Pfanne mit 1EL Pflanzenöl oder Butter bei mittlerer Hitze 5-6Min. goldbraun braten.



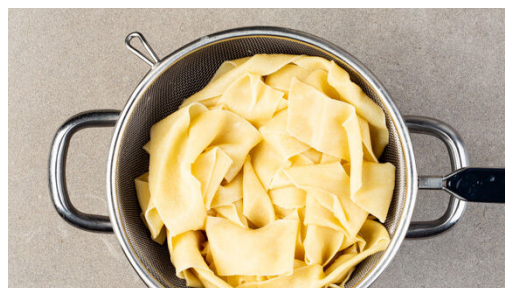
### 3. Sauce köcheln

Die **Tomaten** grob würfeln und in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer fein pürieren. Das **Tomatenpüree** mit den **Pilzen**, der **½ des Brühgewürzes** und der **½ der Sojasauce** zum **Hackfleisch** geben und bei niedriger Hitze ca. 10Min. köcheln lassen. **Tipp:** Für eine flüssigere **Sauce** 100-150ml Wasser zugeben und mitköcheln.



### 4. Zwiebeln karamellisieren

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden, dann in einer kleinen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl oder Butter sowie 1TL Zucker und ½TL Salz bei mittlerer Hitze 4-5Min. goldbraun karamellisieren, dabei gelegentlich umrühren.



### 5. Pasta kochen

**375g Lasagneblätter** der Länge nach in ca. 2,5cm breite Streifen schneiden, in das kochende Wasser geben und in ca. 5Min. bissfest kochen. Mit einer Tasse etwas **Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



### 6. Pasta vermengen

Die **Pasta** zurück in den Topf geben und mit der **Sauce**, der **½ des Käses** und **2-3EL Pastawasser** vermengen. Die **Pasta** mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf Teller verteilen und mit den **Zwiebeln** und dem **restlichen Käse** garniert servieren.