



## Cremige Rindfleisch-Pasta mit Nüssen

dazu Tomatensalat



20-30min



3-4 Personen

Drei Haselnüsse für ... nein, mit dreien geben wir uns nicht zufrieden, denn die gerösteten Haselnüsse sind der besondere herbstliche Kick bei unserer heutigen Pastakreation. Herzhaftes Rindfleisch badet in einer cremigen Käsesauce, für Farbe und noch mehr Aroma sorgen Lauch und frischer Thymian. Dazu passt vorzüglich der fruchtige Tomatensalat. Fast wie im Märchen!



## Was du von uns bekommst

- 500g Torchiette <sup>1</sup>
- 2 Stangen Lauch
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Tomaten
- 5g frischer Thymian
- 2 Packungen Rindergeschnetzeltes
- 2 Päckchen blanchierte Haselnusskerne <sup>15</sup>
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 1 Becher Crème fraîche <sup>7</sup>
- 1 Packung geriebener Gouda <sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- großer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

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

### Allergene

Gluten (1), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 1082kcal, Fett 46.6g, Kohlenhydrate 111.0g, Eiweiß 53.7g



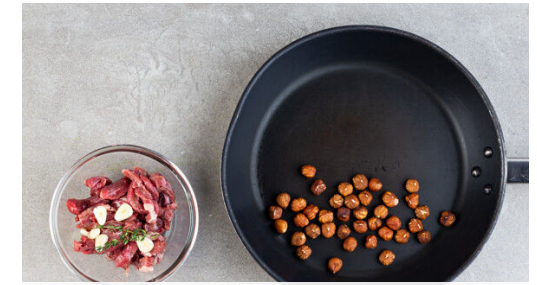
### 1. Pasta kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 6-8Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **600ml Pastawasser** abschöpfen, dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Zurück in den Topf geben und abgedeckt beiseitestellen.



### 2. Gemüse vorbereiten

Den **Lauch** in ca. 0,5cm breite Ringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden. Die **Tomaten** in dünne Spalten schneiden. 1EL Olivenöl, 1-2TL Essig und je 1 Prise Zucker, Salz und Pfeffer verrühren und mit den **Tomaten** vermengen. **2 Thymianzweige** beiseitelegen, die **restlichen Thymianblätter** von den Stängeln streifen.



### 3. Fleisch würzen

Das **Fleisch** trocken tupfen und gut mit Salz und Pfeffer würzen. 2EL Olivenöl mit der **1/2 des Knoblauchs** und den **Thymianzweigen** verrühren, dann das **Fleisch** untermengen. Die **Haselnüsse** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 2-3Min. anrösten. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen.



### 4. Fleisch anbraten

Das **Fleisch** samt **Knoblauch** und **Thymian** in der Pfanne bei starker Hitze 2-3Min. scharf anbraten, bis das **Fleisch** leicht braun wird. Auf einem Teller abgedeckt ruhen lassen, die Pfanne aufbewahren. Die **Nüsse** grob hacken.



### 5. Sauce zubereiten

2EL Essig und **2-3EL Pastawasser** in die Pfanne geben, das **Brühgewürz** unterrühren und alles einmal aufkochen lassen. Den **Lauch** und den **restlichen Knoblauch** zugeben und bei mittlerer Hitze 2-3Min. garen. Mit der **Crème fraîche** und **250-350ml Pastawasser** ablöschen, **2/3 des Käses** einrühren und die **Sauce** bei mittlerer Hitze 2-3Min. einköcheln lassen.



### 6. Pasta fertigstellen

Das **Fleisch** in der **Sauce** kurz erwärmen, dann die **Thymianzweige** entfernen. Die **Sauce** und ca. **2/3 der Nüsse** vorsichtig mit der **Pasta** vermengen, dabei ggf. noch etwas **Pastawasser** hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die **Pasta** mit dem **restlichen Käse**, den **Nüssen** und den **Thymianblättchen** garnieren und mit dem **Tomatensalat** servieren.