



## Polpette aus Rinderhack

in cremiger Tomatensauce mit Penne



20-30min



2 Personen

Ein leckeres Pastagericht mit saftigen Hackbällchen in einer cremigen Tomatensauce, das ist ein echter Hit auch bei den kleinen Tischgästen. Manchmal geht halt nichts über die italienische Küche mit ihren köstlichen Aromen! Dazu noch ein grüner Beilagensalat - perfekt!

## Was du von uns bekommst

- 250g Penne <sup>1</sup>
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stückchen Hartkäse <sup>3,7</sup>
- 1 Päckchen italienische Gewürzmischung
- 1 Packung passierte Tomaten
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1 Päckchen Panko-Paniermehl <sup>1</sup>
- 10g Basilikum
- 1 Becher Crème fraîche <sup>7</sup>
- 1 Packung gemischter Salat

## Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei <sup>3</sup>
- Olivenöl
- Essig
- Salz und schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- 2 mittelgroße Töpfe
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

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

### Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 1134kcal, Fett 54.8g, Kohlenhydrate 107.8g, Eiweiß 49.1g



### 1. Zwiebel schneiden

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln.



### 2. Pasta kochen

Den **Käse** fein reiben. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **200ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen, zurück in den Topf geben und warm halten.



### 3. Tomatensauce ansetzen

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem weiteren mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. glasig anbraten. Die **1/2 der Gewürzmischung** untermischen, dann die **1/2 der Knoblauch-Zwiebel-Mischung** herausnehmen und beiseitestellen. Die **1/2 der passierten Tomaten** und ca. **100ml Pastawasser** in den Topf geben und die **Sauce** ca. 10Min. sanft köcheln lassen.



### 4. Polpette vorbereiten

Das **Hackfleisch** mit 1 Ei, der **1/2 des Käses**, der **restlichen Knoblauch-Zwiebel-Mischung**, **2-3EL Panko-Paniermehl** sowie Salz und Pfeffer gut verkneten. Ggf. etwas mehr **Panko-Paniermehl** verwenden.



### 5. Polpette braten

Aus dem **Hackfleisch** mit den Händen etwa walnussgroße **Bällchen** formen und diese in einer mittelgroßen Pfanne mit ca. 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 5Min. rundum anbraten, bis sie auch in der Mitte durchgegart sind. Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Aus 1EL Olivenöl, 1-2EL Essig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren.



### 6. Sauce verfeinern

Die **Crème fraîche** und ggf. das **restliche Pastawasser** in die **Tomatensauce** einrühren. Die **Sauce** mit der **restlichen Gewürzmischung** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Pasta** mit der **Sauce** und den **Fleischbällchen** anrichten und mit dem **restlichen Käse** und dem **Basilikum** garniert servieren. Den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen und dazu reichen.