

Überbackenes Baguette gefüllt mit Bolognese

30 Minuten • 835 kcal • Tag 2 kochen

303



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Gewürzmischung
„Hello Buon Appetito“



Tomate



geriebener Gouda



Steinofenbaguette



gemischtes Hackfleisch



Tomatenmark



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben

Wasser*, Öl*, Pfeffer*, Salz*, Zucker*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier und 1 große Pfanne

Zutaten 2 Personen

| | 2P |
|--------------------------------------|-----------------|
| rote Zwiebel DE NL EG | 1 |
| Knoblauchzehe ES | 1 |
| Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“ | 4 g |
| Tomate DE | 1 |
| geriebener Gouda 7) | 50 g |
| Steinofenbaguette 15) 16) | 1 |
| gemischtes Hackfleisch | 250 g |
| Tomatenmark | 70 g |
| Wasser*, Öl*, Zucker* | Angaben im Text |
| Salz*, Pfeffer* | nach Geschmack |

*Gut, im Haus zu haben

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

| | 100 g | Portion (ca. 490 g) |
|-------------------------|-----------------|---------------------|
| Brennwert | 719 kJ/172 kcal | 3493 kJ/835 kcal |
| Fett | 8,00 g | 38,85 g |
| - davon ges. Fettsäuren | 3,17 g | 15,40 g |
| Kohlenhydrate | 15,99 g | 77,64 g |
| - davon Zucker | 2,64 g | 12,82 g |
| Eiweiß | 8,55 g | 41,52 g |
| Salz | 0,836 g | 4,061 g |

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose) 15) Weizen 16) Gerste (Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien



Gemüse schneiden

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Zwiebel halbieren und in Streifen schneiden.

Knoblauch fein hacken.



Hackfleisch braten

Tomate halbieren, Strunk herausschneiden und **Tomatenhälften** grob würfeln.

In einer Pfanne 1 EL **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen. **Hackfleisch**, **Zwiebeln** und **Knoblauch** in die Pfanne geben und ca. 5 Min. knusprig braten.

Mit „**Hello Buon Appetito**“, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen, **Tomatenwürfel** hinzugeben und weitere 3 Min. braten.



Für die Soße

Tomatenmark hinzugeben, umrühren und 1 weitere Min. mitbraten. Pfanne mit 150 ml **Wasser*** ablöschen und ca. 2 – 3 Min. einköcheln lassen, bis die **Soße** eingedickt ist. Zum Schluss mit **Salz***, **Pfeffer*** und einer Prise **Zucker*** abschmecken.



Brot vorbereiten

Aus dem **Baguette** über die gesamte Länge einen Keil herausschneiden, herausnehmen und mit einem Löffel noch etwas mehr **Teig** entfernen, damit genügend Platz zum Füllen ist. **Baguette** großzügig mit der **Bolognese** füllen und mit **Gouda** bestreuen.



Brot aufbacken

Gefülltes **Baguette** auf einem mit Backpapier belegten Backblech im vorgeheizten Ofen für 5 – 6 Min. backen, bis der **Käse** geschmolzen und das **Baguette** von unten knusprig ist.



Anrichten

Fertig gebackenes **Baguette** nach Belieben portionieren und genießen.

Guten Appetit!

Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in Deiner Box fehlt!

