Gnocchi in cremiger Rindshackfleisch-Bolognese

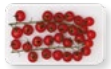
mit vorgeschnittenem Rüebli-Lauch-Mix & Basilikum

Family | Zeit Sparen | 15 – 25 Minuten • 818 kcal • Tag 2 kochen

15

HelloFresh Beef Gehacktes

frische Gnocchi, vorgekocht


rote Cherry-Tomaten

Knoblauchzehe

Basilikum

Tomatensugo

Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“

Crème fraîche aus Saland

Rüebli-Lauch-Mix

Natürlicher Geschmack
- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Butter*, Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*

Kochutensilien

1 grosse Bratpfanne

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P		4P	
HelloFresh Beef Gehacktes	1 x	250 g	1 x	500 g
frische Gnocchi, vorgekocht **15)**	1 x	400 g	1 x	800 g
rote Cherry-Tomaten	1 x	125 g	1 x	250 g
Knoblauchzehe	1 x	4 g	2 x	4 g
Basilikum	1 x	10 g	2 x	10 g
Tomatensugo	1 x	200 g	2 x	200 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	1 x	2 g	1 x	4 g
Crème fraîche aus Saland **7)**	1 x	100 g	2 x	100 g
Rüebli-Lauch-Mix	1 x	200 g	1 x	400 g

**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. 560 g)
Brennwert	616 kJ/ 147 kcal	3424 kJ/ 818 kcal
Fett	9.4 g	52.4 g
– davon ges. Fettsäuren	4.5 g	25.3 g
Kohlenhydrate	10.1 g	56.2 g
– davon Zucker	2.2 g	12.4 g
Eiweiss	5.7 g	31.6 g
Salz	0.83 g	4.6 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

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

1

Gnocchi anbraten

Knoblauch abziehen und fein hacken.

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [**2 EL**] **Butter*** erhitzen. **Gnocchi** darin 8 – 10 Min. goldbraun anbraten. Mit dem Rezept fortfahren und ggf. warm halten.

2

Für die Bolognese

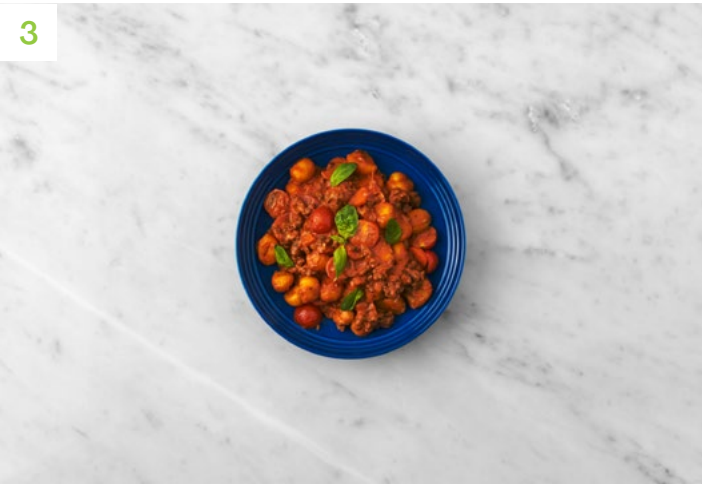
In einer grossen Bratpfanne 1 EL [**2 EL**] **Olivenöl*** erhitzen. **Rindshackfleisch**, **Knoblauch** und **Rüebli-Lauch-Mix** darin 5 – 7 Min. anbraten.

In der Zwischenzeit **Cherry-Tomaten** halbieren.

Bratpfanneninhalt mit **Tomatensugo** und „**Hello Buon Appetito**“ ablöschen und 2 – 3 Min. köcheln lassen.

Crème fraîche hinzugeben, aufkochen lassen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

3



Anrichten

Basilikumblätter abzupfen.

Gnocchi und **Cherry-Tomaten** in die Bratpfanne mit der **Bolognese** geben und vermengen.

Gnocchi in **Bolognesesauce** auf tiefe Teller verteilen und mit den **Basilikumblättern** toppen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?
Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über http://www.hellofresh.ch/freunde ein!

Gnocchi in creamy minced beef bolognese

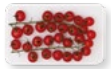
with carrot-and-leek mix and basil

Family | Save time | 15–25 minutes • 818 kcal • Cook on day 2

15

HelloFresh minced beef

Fresh precooked gnocchi


Red cherry tomatoes

Garlic clove

Basil

Tomato sugo

“Hello Buon Appetito” spice mix

Crème fraîche from Saland

Carrot-and-leek mix

Natürlicher Geschmack
- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Let's get started

Wash the vegetables.

Basics from your kitchen*

Butter*, olive oil*, salt*, pepper*

Cooking utensils

1 large frying pan

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
HelloFresh minced beef	1 x	250 g	1 x	500 g
Fresh precooked gnocchi **15)**	1 x	400 g	1 x	800 g
Red cherry tomatoes	1 x	125 g	1 x	250 g
Garlic clove	1 x	4 g	2 x	4 g
Basil	1 x	10 g	2 x	10 g
Tomato sugo	1 x	200 g	2 x	200 g
"Hello Buon Appetito" spice mix	1 x	2 g	1 x	4 g
Crème fraîche from Saland **7)**	1 x	100 g	2 x	100 g
Carrot-and-leek mix	1 x	200 g	1 x	400 g

**Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 560 g)
Calories	616 kJ/147 kcal	3424 kJ/818 kcal
Fat	9.4 g	52.4 g
– of which saturated fats	4.5 g	25.3 g
Carbohydrate	10.1 g	56.2 g
– of which sugar	2.2 g	12.4 g
Protein	5.7 g	31.6 g
Salt	0.83 g	4.6 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

Allergens: 7) Milk (including lactose) **15)** Wheat

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients!)

1

Sauté the gnocchi

Peel and finely chop the garlic.

Heat 1 tsp. [2 tbsp.] butter* in a large frying pan. Fry the gnocchi for 8–10 min. until golden brown. Continue with the recipe and keep warm if necessary.

2

For the bolognese

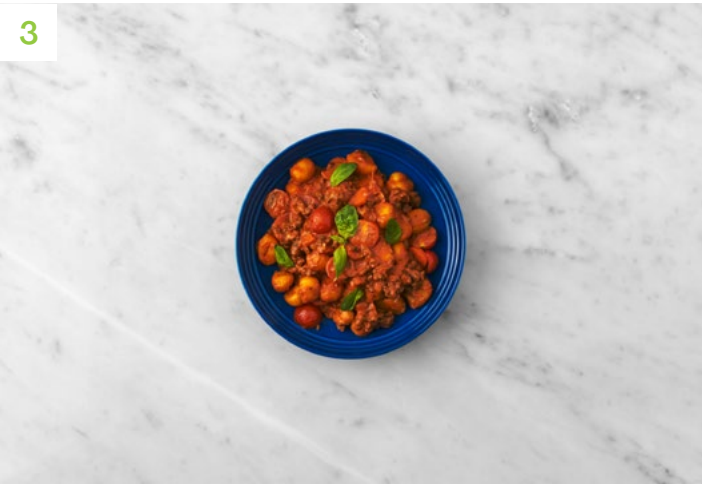
Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] olive oil* in a large frying pan. Fry the minced beef, garlic and carrot-and-leek mix for 5–7 min.

In the meantime, cut the cherry tomatoes in half.

Deglaze the pan with the tomato sugo and "Hello Buon Appetito", then simmer for 2–3 min.

Add the crème fraîche, bring to the boil and season with salt* and pepper*.

3



Serve

Pluck the basil leaves.

Add the gnocchi and cherry tomatoes to the bolognese sauce in the pan and mix.

Apportion the gnocchi and bolognese sauce onto deep plates and top with the basil leaves.

Bon appetit!

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too! Send them an invite now using the QR code or at www.hellofresh.ch/freunde!

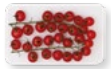
Gnocchi à la sauce bolognaise crémeuse au bœuf haché,
avec mélange de poireaux-carottes précoupés et basilic

Famille | Gain de temps | 15 – 25 minutes • 818 kcal • Cuisiner au 2e jour

15

Viande de bœuf hachée HelloFresh

Gnocchi frais, précuits


Tomates cerises rouges

Gousse d'ail

Basilic

Sauce tomate

Mélange d'épices « Hello Buon Appetito »

Crème fraîche de Saland

Mélange poireaux-carottes

Natürlicher Geschmack
- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

C'est parti

Laver les légumes.

Basiques dans votre cuisine*

Beurre*, huile d'olive*, sel*, poivre*

Ustensiles de cuisine

1 grande poêle

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions		4 portions	
Viande de bœuf hachée HelloFresh	1 x	250 g	1 x	500 g
Gnocchi frais, précuits **15)**	1 x	400 g	1 x	800 g
Tomates cerises rouges	1 x	125 g	1 x	250 g
Gousse d'ail	1 x	4 g	2 x	4 g
Basilic	1 x	10 g	2 x	10 g
Sauce tomate	1 x	200 g	2 x	200 g
Mélange d'épices « Hello Buon Appetito »	1 x	2 g	1 x	4 g
Crème fraîche de Saland **7)**	1 x	100 g	2 x	100 g
Mélange poireaux-carottes	1 x	200 g	1 x	400 g

**Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box, de sorte qu'il peut y avoir des restes.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 560 g)
Valeur calorique	616 kJ/ 147 kcal	3424 kJ/ 818 kcal
Lipides	9,4 g	52,4 g
– dont acides gras saturés	4,5 g	25,3 g
Glucides	10,1 g	56,2 g
– dont sucre	2,2 g	12,4 g
Protéines	5,7 g	31,6 g
Sel	0,83 g	4,6 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

Allergènes : 7) lait (comprenant du lactose) **15)** blé

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)

1

Faire revenir les gnocchis

Peler et hacher finement l'ail.

Dans une grande poêle, faire chauffer 1 cs [2 cs] de beurre*. Y faire dorer les gnocchi 8 à 10 minutes. Continuer la recette et maintenir au chaud si nécessaire.

2

Pour la bolognaise

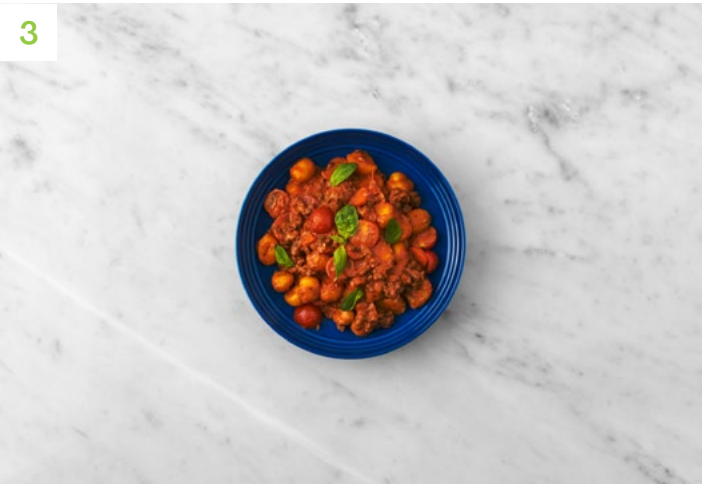
Dans une grande poêle, faire chauffer 1 cs [2 cs] d'huile d'olive*. Faire revenir 5 à 7 min la viande hachée, l'ail et le mélange poireaux-carottes.

Entre-temps, couper les tomates cerises en deux.

Mouiller le contenu de la poêle avec la sauce tomate et le « Hello Buon Appetito » et laisser mijoter 2 à 3 min.

Ajouter la crème fraîche, porter à ébullition et assaisonner avec du sel* et du poivre*.

3



Dresser

Effeuiller le basilic.

Mettre le mélange gnocchi-tomates cerises dans la poêle avec la bolognaise et mélanger.

Répartir les gnocchi à la sauce bolognaise dans des assiettes creuses et garnir de feuilles de basilic.

Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?
Je parie que vos amis aussi ! Invitez-les dès maintenant via le QR code ou sur www.hellofresh.ch/freunde !