



Gemüseschlangen- Bandnudel-Topf

Zutaten

- 300 g Möhren
- 300 g Zucchini
- 300 g Bandnudeln
- 1 EL THOMY Reines Rapsöl
- 250 g Rinderhackfleisch
- 300 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Bolognese Bianco
- 100 g Kräuter-Frischkäse, 20% Fett i.Tr.
- 50 g Käse, gerieben

Zubereitung

1. Möhren putzen, waschen, schälen und längs mit einem Sparschäler in dünne Streifen hobeln. Zucchini putzen, waschen und ebenfalls längs in dünne Streifen hobeln.
2. In einem großen Topf Bandnudeln nach Packungsangabe bissfest kochen. Kurz vor Ende der Garzeit die Gemüsestreifen zu den Nudeln geben und mitkochen.
3. In einem Topf oder einer beschichteten Pfanne THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen. Rinderhackfleisch darin krümelig braten.
4. Wasser zugießen. Beutelinhalt einrühren und aufkochen. Kräuter-Frischkäse einrühren. Die abgetropften Bandnudeln mit dem Gemüse zugeben und untermischen. Mit Käse bestreut servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	66 g
Energie	589 kcal
Fett	22 g
Protein	32 g

🕒 25 Minuten

⊕ 4 Portionen