



## **PENNE MIT THYMIAN-RINDERHACK**

Zubereitungszeit: 25 Min.  
Für 4 Personen

500 g Penne  
350 g Rinderhack  
2 rote Chilischoten  
4 Schalotten, fein geschnitten  
2 Knoblauchzehen, zerdrückt  
3–4 Möhren, fein gewürfelt  
2 EL Tomatenmark  
3 EL Olivenöl  
6 EL Aceto Balsamico  
2 EL Rotwein  
1 kleiner Bund Thymian  
1 Bund Petersilie  
Salz, schwarzer Pfeffer

1. Chilischote halbieren, Samen entfernen und in Streifen schneiden. Thymianblätter von den Stielen streifen. Petersilie waschen, trocknen und fein hacken.

2. Penne in Salzwasser ca. 10–12 Min. kochen (bissfest).

3. Olivenöl in einer Kasserole erhitzen. Schalotten, Knoblauch, Chilischote und Möhren dazugeben und andünsten. Rinderhack hinzufügen und anbräunen. Tomatenmark darunter geben, mit Rotwein und Aceto Balsamico ablöschen und ca. 8 Min. weiter köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.

4. Penne in einem Sieb abtropfen lassen. Auf Teller verteilen. Mit Rinderhack anrichten, Petersilie darüber streuen und servieren.

Durchschnittliche Nährwerte pro Portion, kalkuliert anhand der rohen Zutaten:

Brennwert 3386 kJ (802 kcal)  
Eiweiß 38 g  
Fett 26 g  
Kohlenhydrate 103 g