

Pasta Bolognese mit Sojasauce

Gesamtzeit **30 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit 20 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2.491 kJ / 595 kcal

Fett: **18 g** Eiweiß: **33 g**
Kohlenhydrate: **70 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

200 g	Penne
1 EL	Pflanzenöl
0,5	gewürfelte Zwiebel
2	gehackte Knoblauchzehen
300 g	Rinderhackfleisch
400 g	gehackte Tomaten aus der Dose
2 EL	<u>Kikkoman natürlich gebrauchte Sojasauce</u>
2 g	gehackter Koriander

ZUBEREITUNG

Schritt 1

200 g Penne - **1 EL** Pflanzenöl - **0,5** gewürfelte Zwiebel - **2** gehackte Knoblauchzehen - **300 g** Rinderhackfleisch
Penne nach Packungsanweisung kochen.
Pflanzenöl erhitzen und Zwiebel und Knoblauch 1 Minute dünsten. Rinderhackfleisch hinzufügen und 3 Minuten unter ständigem Rühren anbraten.

Schritt 2

400 g gehackte Tomaten aus der Dose - **2 EL** Kikkoman natürlich gebrauchte Sojasauce - **2 g** gehackter Koriander
Tomaten und Kikkoman Sojasauce zum Fleisch geben. Zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen. Mit den gekochten Penne vermischen und mit Koriander bestreuen.