

## Hackbällchen-Kohlrabi-Pasta aus dem Thermomix



© Hackbällchen-Kohlrabi-Pasta - Rezepte mit Herz



40 Min



leicht



4 Portionen

### Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	<b>400 g</b>	mageres Rinderhackfleisch
<input type="checkbox"/>	<b>1</b>	Eigelb
<input type="checkbox"/>	<b>50 g</b>	Paniermehl
<input type="checkbox"/>	<b>1/2 TL</b>	Salz
<input type="checkbox"/>		Pfeffer
<input type="checkbox"/>	<b>500 g</b>	Kohlrabi
<input type="checkbox"/>	<b>500 g</b>	Wasser
<input type="checkbox"/>	<b>60 g</b>	Parmesan
<input type="checkbox"/>	<b>1</b>	kleine Zwiebel
<input type="checkbox"/>	<b>30 g</b>	Butter
<input type="checkbox"/>	<b>30 g</b>	Mehl
<input type="checkbox"/>	<b>100 g</b>	Milch
<input type="checkbox"/>	<b>50 g</b>	Schlagsahne
<input type="checkbox"/>	<b>1 TL</b>	Gemüsebrühepaste oder -pulver
<input type="checkbox"/>		Salz
<input type="checkbox"/>		Muskat
<input type="checkbox"/>	<b>350 g</b>	Nudeln (z.B. Spiralnudeln)

### Zubereitung

1. Für die Hackbällchen Hack mit Paniermehl, Eigelb, ½ TL Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben und 40 Sek./Teigstufe verkneten. Masse mit angefeuchteten Händen zu ca. 20 Hackbällchen formen. Auf dem Varoma-Einlegeboden verteilen.
2. Kohlrabi schälen, in ca. 2 cm große Würfel schneiden und im Varoma verteilen. Wasser in den Mixtopf geben, Varoma samt Einlegeboden und Deckel aufsetzen und alles 5 Min./Varoma/Stufe 1 garen. Varoma abnehmen, Hackbällchen und Kohlrabi warm halten. Mixtopf leeren, Flüssigkeit dabei auffangen. Mixtopf gut abtrocknen.
3. Für die Sauce Parmesan in groben Stücken in den Mixtopf geben und 10 Sek./Stufe 8 zerkleinern, umfüllen. Zwiebel abziehen, halbieren, in den Mixtopf geben und 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern. Herunterschieben, Butter und Mehl zugeben und 3 Min./Varoma/Stufe 1 andünsten. 250 g aufgefangene Flüssigkeit, Milch, Sahne, Gemüsebrühepaste, etwas Salz und Muskat zugeben und 10 Min./90 °C/Stufe 2 garen.
4. Inzwischen Nudeln in Salzwasser nach Packungsanleitung garen. Parmesan zur Sauce in den Mixtopf geben, 2 Min./90 °C/Stufe 2 unterrühren. Nudeln mit Sauce, Kohlrabi und Hackbällchen mischen. Mit Petersilie anrichten.

## Nährwertangaben

Pro Portion: ca. 775 kcal – 45 g E – 26 g F – 89 g KH