

## Bolognesesoße (Rinderhack, Möhre, Tomate)

Hauptgericht 10

Zutaten	Detail	Rezeptmenge (KG / L / ST)
Gemüsebrühe Bio		0,200
Jodsalz		0,005
Möhren, Bio	gewürfelt	0,100
Oregano		0,001
Paprikapulver edelsüß		0,001
Pfeffer, gemahlen		0,001
Rapsöl		0,050
Rinderhack		0,500
Schnittlauch, TK		0,005
Tomate, gehackt, Ds, Bio		0,240
Tomatenmark, Bio		0,130
Zucker		0,005
Zwiebeln	abgezogen, gewürfelt	0,080

Rinderhackfleisch in dem Öl anbraten, Zwiebeln und Tomatenmark, Möhrenwürfel mit anrösten, mit der Gemüsebrühe ablöschen, die Dosentomaten zugeben, alles aufkochen, mit den Gewürzen abschmecken und bei schwacher Hitze garen. Vor dem Servieren evtl. noch etwas reduzieren lassen und erneut abschmecken, mit Schnittlauch bestreuen.

Allergene aus Gemüsebrühe  
Tomaten, Ds.: Säureregulator Citronensäure

Einstufung	Allergene
Normal <input checked="" type="checkbox"/>	Gluten <input checked="" type="checkbox"/>
Muslimisch <input checked="" type="checkbox"/>	Weizen <input checked="" type="checkbox"/>
Laktosefrei <input checked="" type="checkbox"/>	Dinkel <input type="checkbox"/>
Muslimisch-Lfr <input checked="" type="checkbox"/>	Einkorn <input type="checkbox"/>
Vegetarisch <input type="checkbox"/>	Emmer <input type="checkbox"/>
	Khorasan (Kamut) <input type="checkbox"/>
	Roggen <input type="checkbox"/>
	Gerste <input type="checkbox"/>
	Hafer <input type="checkbox"/>
	Milch <input type="checkbox"/>
	Laktose <input type="checkbox"/>
	Milchweiß <input checked="" type="checkbox"/>
	Schalenfrüchte <input type="checkbox"/>
	Mandeln <input type="checkbox"/>
	Paranüsse <input type="checkbox"/>
	Haselnüsse <input type="checkbox"/>
	Walnüsse <input type="checkbox"/>
	Cashewnüsse <input type="checkbox"/>
	Pecannüsse <input type="checkbox"/>
	Pistazien <input type="checkbox"/>
	Macadamia- / Queenslandnüsse <input type="checkbox"/>
	Krebstiere <input type="checkbox"/>
	Eier <input checked="" type="checkbox"/>
	Fisch <input type="checkbox"/>
	Erdnüsse <input type="checkbox"/>
	Soja <input checked="" type="checkbox"/>
	Sellerie <input checked="" type="checkbox"/>
	Senf <input checked="" type="checkbox"/>
	Sesam <input type="checkbox"/>
	Schwefel <input type="checkbox"/>
	Süßlupinen <input type="checkbox"/>
	Weichtiere <input type="checkbox"/>
	weitere Zusatzstoffe <input checked="" type="checkbox"/>

1, 1a, 2b, 5, 8, 9, 10, 20