

Käse Hack Lauch Pasta

von Sandy_Live · 2 Portionen · Hauptgericht

NÄHRWERTE PRO PORTION

621 kcal 40 g Eiweiß 87 g Kohlenhydrate 12.8 g Fett

ZUTATEN

200 g Nudeln (Rohgewicht)
200 g Rinderhackfleisch light
300 g Lauch
150 g Cremefine 7%
50 g Kräuter Schmelzkäse lght
Salz , Pfeffer , Knoblauchpulver

ZUBEREITUNG

- 1.**
Hackfleisch anbraten und Nudeln kochen
- 2.**
Lauch in Ringe schneiden und zu dem Hackfleisch hinzu geben und ein paar minuten mit anbraten
- 3.**
Cremefine hinzugeben und auf kleinster Stufe köcheln lassen
- 4.**
Schmelzkäse unterrühren und mit Salz , Pfeffer und Knoblauchpulver abschmecken
- 5.**
Die abgekochten Nudeln mit in die Hackfleisch Lauch soße geben und vermengen.

Fertig