



Fussilli mit Tomaten-Hackbällchensauce

Vorbereitungszeit: 25 Minuten

Mikrowelle: 24 Minuten bei 900 Watt

ZUTATEN FÜR 4-5 PERSONEN

300 g gemischtes Hackfleisch

1 fein zerkleinerte Zwiebel

1 TL Senf

3 EL fein zerkleinerte Petersilie

1-2 EL Semmelbrösel

1 kleines Ei, Salz, Pfeffer

Fussilli-Nudeln (Kochzeit 11 Min.)

Etwas Salz

2 EL Mehl, 2 EL Öl

1 Dose stückige Tomaten (400 g)

2 EL Tomatenmark

150 ml Gemüsebrühe

1 TL italienische Kräutermischung

Salz, Pfeffer, Zucker

1. Hackfleisch, Zwiebel, Senf, 1 EL Petersilie, Semmelbrösel, Ei und Gewürze verkneten und zu 20 kleinen Bällchen formen.
2. Die Nudeln bis zur vierten Markierung (entspricht ca. 350 g Nudeln) in den Behälter füllen, etwas Salz zugeben und mit Wasser bis zur entsprechenden gewellten Linie auffüllen.
3. Den Behälter in die Mikrowelle stellen und die Nudeln ohne Deckel bei 900 Watt laut Tabelle ca. 24 Minuten garen.
4. Die Hackbällchen im Mehl wälzen und dann im heißen Öl von allen Seiten knusprig anbraten (ca. 4 Minuten). Aus der Pfanne nehmen.
5. Tomaten und Tomatenmark in die Pfanne geben und verrühren, mit Gemüsebrühe auffüllen, Kräuter zugeben und alles aufkochen lassen. Dann die Hitze reduzieren und die Fleischbällchen wieder zugeben. Bei mittlerer Hitze ca. 8 Minuten garen, kurz vor Ende der Garzeit die übrige Petersilie zugeben und die Sauce mit den Gewürzen abschmecken.
6. Die abgetropften Nudeln mit der Sauce servieren.

Runder Pasta-Meister

Nudeln auf einfache Art kochen



Tupperware

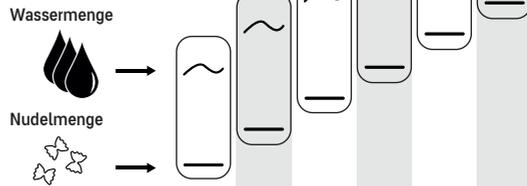
Runder Pasta-Meister

Einer für alles: Kurze Nudelsorten in der Mikrowelle garen, anschließend abgießen, servieren, frischhalten und erwärmen – das alles gelingt mit dem Runden Pasta-Meister.

- 1 Runder Behälter mit 3 l Inhalt
- 2 Einfache Skala: Eingravierte Nudel- und Wassermengen erleichtern das Abmessen.
- 3 Große geriffelte Griffe für einen sicheren Halt und eine einfache Handhabung
- 4 Praktische Abgießlöcher am Behälter
- 5 Deckel zum Abgießen oder Frischhalten. Mit Piktogrammen auf der Innenseite zur Handhabung – so geht die Anleitung nicht verloren.



Die ausführlichen Gebrauchs-, Pflege- und Sicherheitshinweise findest du im jeweiligen Produktbeileger.

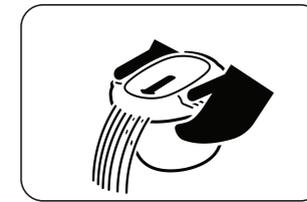
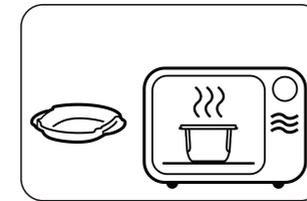
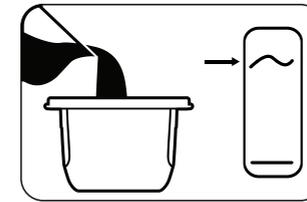
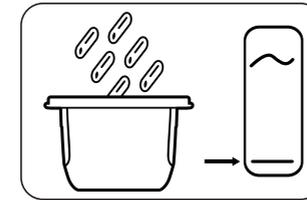


Kochzeit Verpackung	900W	900W	900W	900W	900W	900W
3 Min.	9	9	9	9	9	9
6 Min.	9	9	14	14	14	14
7 Min.	9	14	14	19	19	19
8 Min.	14	14	19	19	19	19
9 Min.	14	19	19	24	24	24
10 Min.	19	19	24	24	24	24
11 Min.	19	19	24	24	29	29
12 Min.	19	24	24	29	29	29
13 Min.	19	24	24	29	29	29
14 Min.	19	24	29	29	29	29

Die Gardauer richtet sich nach der Nudelmenge und der auf der Packung angegebenen Kochzeit. In dieser Tabelle können die Garzeiten ganz bequem abgelesen werden.

So einfach geht's

Piktogramme auf der Deckelinnenseite



1 Die Nudeln bis zur gewünschten Füllhöhe in den Behälter geben (die Nudelhöhe wird durch eine gerade Linie im entsprechenden Fenster angezeigt).

2 Nach Belieben etwas Salz zugeben und mit Wasser auffüllen. Die Wasserfüllhöhe wird durch eine gewellte Linie im selben Fenster angezeigt.

3 Anschließend die Nudeln ohne Deckel in der Mikrowelle bei maximal 900 Watt garen. Die Gardauer ist abhängig von der auf der Verpackung angegebenen Kochzeit und der gewünschten Nudelmenge. Angaben zur Gardauer findest du in der Tabelle auf der linken Seite. Die Garzeit kann je nach Geschmack oder Nudelsorte um einige Minuten angepasst werden, dabei die maximale Gardauer von 30 Minuten nicht überschreiten.

4 Zum Abgießen der Nudeln den Deckel so auf den Behälter legen, dass der Pfeil mit den Behälteröffnungen übereinstimmt.

Tipps & Hinweise

- Den Runden Pasta-Meister nur zum Garen oder Erwärmen von Nudeln in der Mikrowelle verwenden, dabei keine Sauce, Gewürze oder andere Zutaten zugeben.
- Die maximale Nudelmenge, die im Runden Pasta-Meister gegart werden kann, beträgt 500 g. Die angegebenen maximalen Füllhöhen für Nudeln und Wasser nicht überschreiten.
- Nudeln stets ohne Deckel garen, um ein Überkochen zu vermeiden.
- Niemals die Nudeln ohne Wasser kochen und stets auf eine ausreichende Wassermenge achten.
- Für ein optimales Gargergebnis die Nudeln während des Kochens nicht umrühren.
- Behälter und Inhalt sind nach dem Kochen heiß. Daher Ofenhandschuhe verwenden, wenn das Produkt aus der Mikrowelle genommen oder das heiße Wasser abgegossen wird.
- Übriggebliebene Nudeln auskühlen lassen, den Deckel auflegen („geschlossene Position“: der Pfeil auf dem Deckel zeigt auf den geschlossenen Rand) und im Kühlschrank aufbewahren. Beim späteren Erwärmen der Nudeln etwas Wasser zugeben, den Deckel in offener Position auf den Behälter setzen und bei maximal 600 Watt erwärmen.