



Pizzetta Caprese mit Mozzarella

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten

Vegetarisch **Zeit sparen** Klimaheld 20 Minuten • 647 kcal • Tag 3 kochen



Libanesisches Fladenbrot



Tomatenpesto



Mozzarella



Rucola



Paprika multicolor



rote Zwiebel



Basilikumpaste



Balsamicoreme



Gewürzmischung
„Hello Buon Appetito“



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*, Öl*

Kochutensilien

2 große Pfannen mit Deckel und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Libanesisches Fladenbrot 15)	120 g**	180 g**	240 g
Tomatenpesto 14)	50 g	75 g	100 g
Mozzarella 7)	1	1,5**	2
Rucola	50 g	75 g	100 g
Paprika multicolor NL BE ES	1	1	2
rote Zwiebel DE	1	2	2
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	24 ml
Balsamicoreme 14)	12 g	24 g	24 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	4 g	6 g	8 g

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 330 g)
Brennwert	813 kJ/194 kcal	2706 kJ/647 kcal
Fett	9,30 g	30,97 g
– davon ges. Fettsäuren	3,11 g	10,34 g
Kohlenhydrate	14,93 g	49,71 g
– davon Zucker	3,43 g	11,41 g
Eiweiß	5,98 g	19,92 g
Salz	0,616 g	2,051 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose)

14) Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **BE:** Belgien

1



2



3



Topping anbraten

Zwiebel halbieren und in feine Streifen schneiden.

Paprika halbieren, entkernen und in 1 cm Streifen schneiden.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** erhitzen. **Zwiebel-** und **Paprikastreifen** darin 4 – 5 Min. anbraten.

„**Hello Buon Appetito**“ hinzugeben und für 30 weitere Sek. anbraten. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. Herausnehmen und Pfanne auswischen.

In der Zwischenzeit mit dem Rezept fortfahren.

Kleine Vorbereitung

In einer großen Schüssel **Balsamicoreme**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** zu einem **Dressing** vermengen.

Rucola grob hacken und mit dem **Dressing** vermengen.

Mozzarella in grobe Stücke zupfen.

Tomatenpesto gleichmäßig auf 2 [3 | 4] **Libanesischen Fladenbroten** verteilen.

Pizzetta vollenden

In 2 Pfannen jeweils 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl*** bei mittlerer Temperatur erhitzen.

Fladenbrot hinrücken, **Mozzarella** darüber verteilen, mit dem **Paprika-Gemüse** toppen und abgedeckt für 1 – 2 Min. braten, bis der Boden knusprig und der **Käse** geschmolzen ist.

Tipp: Du kannst die Pizzetta auch nacheinander in derselben Pfanne braten.

Pizzetta nach Belieben in Stücke schneiden. Mit dem **Rucola** und der **Basilikumpaste** toppen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!

<http://www.hellofresh.de/freunde>

