

Paccheri di Capra! Pasta mit Rinderhüftsteak cremiger Ziegenkäsesoße und Basilikumpesto

30 – 40 Minuten • 1311 kcal • Tag 3 kochen

11



Rinderhüftsteak



frische Paccheri



Ziegenfrischkäsetaler



Babyspinat



Zwiebel



Knoblauchzehe



Basilikum



Kochsahne



geriebener Hartkäse



Pinienkerne



Hühnerbrühe



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*, Zucker*

Kochutensilien

1 großen Topf, 1 große Pfanne, 1 hohes Rührgefäß, Messbecher, Sieb, Pürierstab und Aluminiumfolie

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rinderhüftsteak	250 g	375 g	500 g
frische Paccheri 15)	375 g	500 g	750 g
Ziegenfrischkäsetaler 7)	125 g	187,5 g**	250 g
Babyspinat	150 g	200 g	300 g
Zwiebel DE	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Basilikum	10 g	10 g	20 g
Kochsahne 7)	300 g	300 g	300 g
geriebener Hartkäse 7) 8)	20 g	20 g	40 g
Pinienkerne	10 g	20 g	20 g
Hühnerbrühe	6 g	8 g	12 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. 600 g)
Brennwert	834 kJ/199 kcal	5485 kJ/1311 kcal
Fett	9,80 g	63,69 g
– davon ges. Fettsäuren	4,30 g	27,94 g
Kohlenhydrate	18,36 g	119,34 g
– davon Zucker	1,98 g	12,86 g
Eiweiß	7,53 g	48,96 g
Salz	0,627 g	4,076 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) 8) Eier 15) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland ES: Spanien



Für das Pesto

Erhitze reichlich heißes **Wasser** im Wasserkocher.

In einer großen Pfanne ohne Fettzugabe **Pinienkerne** 2 – 3 Min. rösten, bis sie anfangen zu bräunen. Aus der Pfanne nehmen und in ein hohes Rührgefäß geben.

Basilikumblätter, **geriebenen Hartkäse**, 3 EL [4,5 EL | 6 EL] **Olivenöl***, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Wasser***, **Salz***, **Pfeffer*** und **Zucker*** zu den **Pinienkernen** geben und alles mithilfe eines Pürierstabs zu einem **Pesto** verarbeiten.



Kleine Vorbereitung

Zwiebel fein würfeln.

Knoblauch fein hacken.



Steak anbraten

Rindersteaks von beiden Seiten **salzen***.

In der großen Pfanne aus Schritt 1 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. **Rindersteaks** darin je Seite 2 – 3 Min. für rare, 3 – 4 Min. für medium und 4 – 6 Min. für well done anbraten. **Rindersteaks** danach in Aluminiumfolie wickeln, beiseitelegen und mind. 5 Min. ruhen lassen.



Für die Nudeln

Reichlich heißes **Wasser*** in einen großen Topf füllen, **salzen*** und aufkochen.

Paccheri darin 3 – 5 Min. bissfest garen. Danach durch ein Sieb abgießen und dabei 100 ml [150 ml | 200 ml] **Kochwasser** auffangen.

In der Pfanne aus Schritt 3 erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. **Zwiebeln** und **Knoblauch** darin 2 – 3 Min. glasig anschwitzen.

Spinat nach und nach hinzugeben, bis er zusammenfällt.



Soße vollenden

Pfanninhalt mit **Kochsahne**, **Kochwasser** und **Hühnerbrühe** ablöschen.

Hitze reduzieren und **Ziegenkäse** unterrühren, bis er geschmolzen ist.

Paccheri zugeben und gut vermengen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Rindersteak** in 1 cm Streifen schneiden.



Anrichten

Paccheri auf tiefe Teller verteilen, **Steakstreifen** darüber anrichten und mit dem **Pesto** garnieren. Mit **Pfeffer*** würzen und genießen.

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>

