

Pizzetta Caprese mit Mozzarella

Antipasti und Rucola

Vegetarisch **schnell** 20 – 30 Minuten • 752 kcal • Tag 3 kochen



-  Libanesisches Fladenbrot
-  Mozzarella
-  Paprika multicolor
-  Rucola
-  rote Zwiebel
-  Tomatenpesto
-  Basilikumpaste
-  Hartkäse ital. Art, geraspelt
-  Balsamicocreme
-  Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“

**SCHNELL
PROBIEREN!**

Unser 15 Min. Tipp für Dich



ZEIT SPAREN

Nächste Woche
im Menü:
**TACOS MIT HÄHNCHEN-
GESCHNETZELTEM**



Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Pfeffer*, Olivenöl*, Öl*, Salz*

Kochutensilien

1 große Schüssel und 1 große Pfanne mit Deckel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Libanesisches Fladenbrot 13) 15)	60 g	180 g	240 g
Mozzarella 7)	125 g	187,5 g**	250 g
Paprika multicolor NL BE ES	1	1	2
Rucola	50 g	75 g	100 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Tomatenpesto 14)	75 g	100 g	150 g
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	24 ml
Hartkäse ital. Art, geraspelt 7) 8)	20 g	40 g	40 g
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. 350 g)
Brennwert	898 kJ/215 kcal	3148 kJ/752 kcal
Fett	11,3 g	39,7 g
– davon ges. Fettsäuren	3,8 g	13,3 g
Kohlenhydrate	14,5 g	50,9 g
– davon Zucker	3,6 g	12,7 g
Eiweiß	7,2 g	25,1 g
Salz	0,76 g	2,68 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 **13)** Glutenhaltiges Getreide **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 **BE:** Belgien **ES:** Spanien **EG:** Ägypten

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 **Paprika** 4 – 5 Min. anbraten.

„**Hello Buon Appetito**“ 30 Sek. mitbraten. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

Gemüse herausnehmen und Pfanne auswischen.

Währenddessen

In einer großen Schüssel **Balsamicoreme**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** verrühren.

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 hineingeben, **Mozzarella** darüber verteilen, mit **Paprika-Gemüse** und **Hartkäseflakes** toppen und abgedeckt 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 in Stücke schneiden. Mit **Rucola** und **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>

