



ITALIENISCHE PASTA-BOWL MIT BÜFFELMOZZARELLA, selbst gemachtem Antipasti-Gemüse & Basilikum-Pesto



Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.

Bitte beachte daher folgendes:

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter www.hellofresh.de/menus/2020-W19

Vielen Dank für Dein Verständnis!



HELLO BÜFFELMOZZARELLA

Büffelmozzarella gilt als eine der Käsespezialitäten aus Zentral- und Süditalien. Das Siegel DOP garantiert die gleichbleibend hohe Qualität des Produkts.



geriebener Hartkäse



Büffelmozzarella D.O.P.



Kirschtomaten



Zucchini



rote Spitzpaprika



Penne



Balsamicoreme



Cashewkerne



Basilikumpaste



Basilikum



Knoblauchzehe

30 – 40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 1

Veggie

LOS GEHT'S

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **1 großen Topf**, **1 hohes Rührgefäß**, **1 Pürierstab**, **1 kleine Schüssel**, **1 Sieb** und **1 große Schüssel**.



1 ZU BEGINN

Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.

Enden der **Zucchini** abschneiden und **Zucchini** schräg in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Spitzpaprika halbieren, Strunk und Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm breite Streifen schneiden.

Knoblauch mithilfe eines Messerrückens andrücken, bis die Schale sich etwas löst.



2 GEMÜSE BACKEN

Zucchinischeiben, **Paprikastreifen** und **Knoblauch** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und 10 – 15 Min. backen.

In einen großen Topf reichlich heißes Wasser füllen, **salzen*** und einmal aufkochen lassen. **Penne** darin je nach Vorliebe 10 – 12 Min. garen.



3 TOMATENSALAT ZUBEREITEN

Kirschtomaten halbieren.

Kleine **Basilikumblätter** abzupfen. Restliche **Basilikumblätter** und **-stiele** beiseitestellen.

In einer kleinen Schüssel **Kirschtomaten** und kleine **Basilikumblätter** mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl***, 1 TL [1½ TL | 2 TL] **Balsamicoessig*** und 1 Prise **Zucker*** mischen und marinieren lassen.



4 FÜR DAS PESTO

Knoblauch aus dem Ofengemüse entfernen und abziehen. In einem hohen Rührgefäß **Cashewkerne**, **Knoblauch**, **Hartkäse**, **Basilikumstiele** und **-blätter**, **Basilikumpaste**, 3 EL [4½ EL | 6 EL] **Öl*** und 3 EL [4½ EL | 6 EL] **Wasser*** mit einem Pürierstab zu einem feinen **Pesto** verarbeiten. Nach Geschmack mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



5 GEMÜSE UND PASTA VOLLENDEN

Gebackenes **Gemüse** in eine große Schüssel geben, **Balsamicocreme** unterrühren.

Penne nach der Garzeit in ein Sieb abgießen und gleich zurück in den Topf geben. **Hälfte** des **Pestos** dazugeben und alles gut miteinander mischen.



6 ANRICHTEN

Penne auf tiefe Teller verteilen. **Antipasti-Gemüse** und **Tomatensalat** dazu anrichten. **Büffelmozzarella** halbieren und je eine Hälfte in die Mitte der Bowl setzen. **Mozzarella** mit ein wenig **Olivenöl*** beträufeln und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. **Pasta-Bowl** mit restlichem **Pesto** genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zucchini ES	1	1	2
rote Spitzpaprika ES	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Penne 1)	250g	375g ☉	500g
Kirschtomaten	150g	200g	300g
Basilikum	10g	10g	10g
Cashewkerne 7)	10g	20g	20g
geriebener Hartkäse 5)	20g	20g	40g
Basilikumpaste	24 ml	39 ml	48 ml
Balsamicocreme 1) 11)	12 ml	12 ml	24 ml
Büffelmozzarella D.O.P. 5)	1	1½ ☉	2
Olivenöl* für Schritt 2 und 3	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Balsamicoessig* 1) 11) für Schritt 3	1 TL	1½ TL	2 TL
Öl* für Schritt 4	3 EL	4½ EL	6 EL
Wasser* für Schritt 4	3 EL	4½ EL	6 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

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

DURCHSCHNITTICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	904 kJ/216 kcal	4617 kJ/1104 kcal
Fett	11,81 g	60,36 g
– davon ges. Fettsäuren	3,38 g	17,29 g
Kohlenhydrate	20,82 g	106,38 g
– davon Zucker	2,63 g	13,43 g
Eiweiß	6,36 g	32,50 g
Salz	0,244 g	1,247 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

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 5) Milch 7) Schalenfrüchte
11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-STD-40-004).

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59

kundenservice@hellofresh.de

AT +43 (0) 720 816 005

kundenservice@hellofresh.at

2020 | KW 19 | 7

