



Leichter kochen,  
besser essen!



6  
KW41  
2016

HelloFresh.de | kundenservice@hellofresh.de | #hellofreshde

## Rosarote Pasta mit Pesto trifft Ziegenkäse und Babyspinat

Nach dem Genuss dieser Pasta hast Du bestimmt die rosarote Brille auf – wir lieben dieses tolle Pink der Roten Bete! Zusätzlich zu diesem Farbstoff enthält sie noch jede Menge B-Vitamine und Folsäure. Im Kontrast abgerundet wird sie durch den strahlend weißen Ziegenfrischkäse! Guten Appetit!



25 min.



Stufe 1

schnell, kalorienarm, veggie,  
ballaststoffreich



Fusilli



Rote Bete



Ziegenfrischkäse



Babyspinat



Walnüsse



Schnittlauch



Zwiebel



Knoblauchzehe

Zutaten in Deiner Box .....	2 Personen .....	4 Personen .....
Fusilli 1)	250 g ⊕	500 g
vorgearbete Rote Bete	250 g ⊕	500 g
Schnittlauch	5 g ⊕	10 g
Knoblauchzehe	1	2
Walnüsse 8) 15)	20 g	40 g
Zwiebel	1	2
Babyspinat	200 g	400 g
Ziegenfrischkäse 7)	100 g	200 g

⊕ Verwende die restliche Menge anderweitig.

### Allergene

1) Gluten 7) Lactose  
8) Schalenfrüchte  
15) kann Spuren von Allergenen enthalten

### Durchschnittliche Nährwerte pro Portion

Kalorien: 634 kcal  
Kohlenhydrate: 100 g  
Fett: 23 g, Eiweiß: 24 g  
Ballaststoffe: 7 g

**Gut im Haus zu haben** (bei 4 Personen Mengen verdoppeln) .....

Salz, (Oliven-)Öl, Pfeffer

**Was zum Kochen gebraucht wird** .....

Wasserkocher, großer Topf (mit Deckel), Sieb, kleine Schüssel, hohes Rührgefäß, Pürierstab, große Pfanne



**Vorbereitung: Gemüse und Kräuter waschen.** Alle Zutaten und Utensilien bereitstellen. Wasserkocher füllen und anschalten.

**1** Reichlich kochendes Wasser in einen großen Topf geben, **salzen**, einmal aufkochen lassen, **Fusilli** zugeben und darin ca. 8 Min. garen. Anschließend in ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben, Deckel aufsetzen und warmhalten.

**2** Währenddessen: In einer kleinen Schüssel den **Saft der Roten Bete** auffangen. **Rote Bete** in grobe Stücke schneiden. **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. **Knoblauch** abziehen.

**3** In einem hohen Rührgefäß **Rote Bete**, **Walnüsse**, **Knoblauch** und 1 TL **Olivenöl** mit einem Pürierstab zu einem feinen **Pesto** pürieren. Falls dieses zu dick wird, noch etwas **Rote-Bete-Saft** zufügen, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

**4** **Zwiebel** abziehen und fein würfeln. In einer großen Pfanne 1 TL **Öl** erhitzen, **Zwiebelwürfel** darin ca. 1 Min. glasig andünsten. **Babyspinat** portionsweise zufügen und zusammenfallen lassen.

**5** **Fusilli** im restlichen **Rote-Bete-Saft** schwenken und **Pesto** unter mischen.

**6** **Babyspinat** auf Teller verteilen, **rosa Fusilli** mit **Pesto** darauf anrichten. Mit **Schnittlauch** bestreuen und zusammen mit einem Klecks **Frischkäse** genießen.

