



Leichter kochen,  
besser essen!



KW29  
2015

Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf [f](#) [t](#) [i](#) [p](#)

HelloFresh.de | kundenservice@hellofresh.de | HelloFresh.at | kundenservice@hellofresh.at

## Leckere Kirschtomaten-Spinat-Farfalle mit Hirtenkäse und karamellisierten Walnüssen

Perfekt für den Picknickkorb: Uns gehen die Ideen für leckere Nudel-Rezepte nie aus. Die Vielfalt der Nudelgerichte ist unerschöpflich und das Geheimnis liegt schließlich in der Qualität der Zutaten. Also hol Dir deine gesunde Portion Tomaten und die volle Kraft aus unserem Spinat. Gute Appetit.



40 min.



Stufe 2



Farfalle



Kirschtomaten



Knoblauch



Oregano



Hirtenkäse



Spinat



Walnüsse



Crème fraîche

Zutaten in Deiner Box .....	2 Personen .....	4 Personen .....
Farfalle (⊕ 1)	250 g	500 g
Kirschtomaten	100 g	200 g
Knoblauch (⊕)	1/8	1/4
Oregano	5 g	10 g
Hirtenkäse 7)	150 g	300 g
Spinat	150 g	300 g
Walnüsse 8) 15)	25 g	50 g
Crème fraîche (⊕ 7)	75 g	150 g

⊕ Ggf. auch für andere  
Rezepte verwenden

### Allergene

1) Gluten 7) Lactose

8) Schalenfrüchte

15) Kann Spuren von  
Allergenen enthalten

### Nährwerte pro Person

Kalorien: 884 kcal

Kohlenhydrate: 95 g,

Fett: 37 g, Eiweiß: 34 g

Ballaststoffe: 7 g

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

Salz, Zucker, Butter, Pfeffer

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

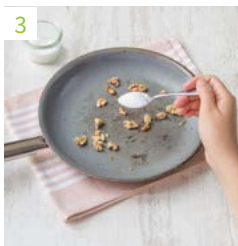
großer Topf, Sieb (2), kleine Schüssel, große Pfanne, Küchenpapier



**1** In einem großen Topf **Farfalle** nach Packungsanleitung, oder 8-10 Min. in reichlich Salzwasser garen. Durch ein Sieb abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.



**2** Währenddessen: **Kirschtomaten** waschen. **Knoblauch** abziehen und fein würfeln. **Oregano** waschen, trockenschütteln und die Blätter klein schneiden. **Hirtenkäse** mit einem Messer zerkleinern oder mit der Hand in eine kleine Schüssel zerbröseln. **Spinat** waschen und in einem Sieb abtropfen lassen.



**3** In einer großen Pfanne **Walnüsse** ohne Zugabe von Fett anrösten, bis sie duften. Dann 1 TL **Zucker** darüber streuen, kurz karamellisieren lassen und sofort vom Herd nehmen. In einer Schüssel bis zum Anrichten abkühlen lassen.

**4** Die Pfanne mit Küchenpapier auswischen, dann darin 1 EL **Butter** erhitzen. **Knoblauch** und **Kirschtomaten** 1-2 Min. anbraten, den **Spinat** nach und nach zugeben, bis er vollständig zerfallen ist. **Crème fraîche** zugeben und alles einmal aufkochen.



**5** **Farfalle** zur **Kirschtomaten-Spinat-Soße** geben und noch einmal kurz erhitzen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und Pfanne vom Herd nehmen.

**6** Karamellierte **Walnüsse** zerkleinern.

**7** **Kirschtomaten-Spinat-Farfalle** auf tiefen Tellern verteilen und mit **Hirtenkäse**, **Walnüssen** und **Oregano** bestreut genießen!