

Conchiglie Mac & Cheese Style mit Krustenschinken und käsigem Panko

Family Thermomix kocht • 1034 kcal • Tag 5 kochen

34



Conchiglie



Krustenschinken



Brokkoli



Zwiebel



Knoblauchzehe



Kochsahne



geriebener Junger Gouda



geriebener Hartkäse



Panko-Mehl



Gewürzmischung
„Hello Muskat“



Gewürzmischung
„Hello Patatas“



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Olivenöl*, Butter*, Wasser*, Salz*, Pfeffer*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 kleine Pfanne, 1 kleine Schüssel, 1 großer Topf und 1 Sieb

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Conchiglie 15)	250 g	375 g	500 g
Krustenschinken	80 g	120 g	160 g
Brokkoli DE	1	1	1
Zwiebel DE	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Kochsahne 7)	200 g	300 g	400 g
geriebener Junger Gouda 7)	75 g	125 g	150 g
geriebener Hartkäse 7) 8)	20 g	40 g	40 g
Panko-Mehl 13)	12,5 g**	18,75 g**	25 g
Gewürzmischung „Hello Muskat“ 10)	5 g	7,5 g**	10 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	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. 560 g)
Brennwert	766 kJ/183 kcal	4327 kJ/1034 kcal
Fett	8,23 g	46,53 g
– davon ges. Fettsäuren	4,23 g	23,92 g
Kohlenhydrate	19,12 g	108,07 g
– davon Zucker	2,59 g	14,64 g
Eiweiß	7,79 g	44,02 g
Salz	0,726 g	4,104 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 10) Sellerie 13) Glutenhaltiges Getreide 15) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland ES: Spanien



Für den Brokkoli

Damit genügend Garschlitze frei bleiben, Rühraufsatz in den Varoma-Behälter legen. **Brokkoli** in mundgerechte **Röschen** schneiden oder brechen, in den Varoma-Behälter geben und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. Varoma verschließen. 450 g **Wasser*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **12 Min./Varoma/Stufe 1** dampfgaren.

Währenddessen fortfahren.



Für die Soße

Zwiebeln und **Knoblauch** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 10 g [15 g | 20 g] **Butter*** und **Schinkenstreifen** zugeben und **3 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dünsten. **Sahne**, 100 g **Garflüssigkeit*** „Hello Muskat“, „Hello Patatas“, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben und **4 Min./98 °C/☞/Stufe 1** kochen.



Für das Topping

Zwiebel und **Knoblauch** abziehen, **Zwiebel** halbieren. **Krustenschinken** in 1 cm Streifen schneiden.

In einen großen Topf heißes **Wasser*** füllen, **salzen*** und aufkochen lassen.

In einer kleinen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** erhitzen. Die Hälfte [drei Viertel | gesamtes] **Panko-Mehl** darin 2 – 3 Min. goldbraun anrösten. Aus der Pfanne nehmen und in einer kleinen Schüssel mit der Hälfte des **geriebenen Hartkäses** vermengen.



Fertigstellen

Gouda und restlichen **Hartkäse** zugeben und **1 Min./95 °C/☞/Stufe 2** vermischen.

Soße zu den **Conchiglie** in den Topf geben, vorsichtig vermischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Pasta kochen

Conchiglie ins kochende **Wasser** geben und 8 – 10 Min. bissfest garen. Nach der Garzeit **Conchiglie** durch ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben.

Varoma nach der **Thermomix®** Garzeit abnehmen und warmhalten. Mixtopf leeren, dabei die **Garflüssigkeit** auffangen.



Anrichten

Pasta auf tiefe Teller verteilen und **Brokkoli** darüber anrichten. Nach Belieben mit dem **Pankotopping** garnieren.

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>

