

# Mini-Conchiglie mit Baconstreifen und Babyspinat in Champignonrahmsauce

Family One-Pot-Gericht 25 – 35 Minuten • 839 kcal • Tag 3 kochen

28



Conchiglie



Bacon (Streifen)



Champignons



Babyspinat



Zwiebel



Knoblauchzehe



rote Chilischote



Kochsahne



geriebener Hartkäse



Hühnerbrühe

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Salz\*, Pfeffer\*, Wasser\*, Öl\*

## Kochutensilien

1 großen Topf

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Conchiglie <b>15</b>	250 g	375 g	500 g
Bacon (Streifen)	100 g	160 g	200 g
Champignons	150 g	200 g	300 g
Babyspinat	75 g	100 g	150 g
Zwiebel <b>DE</b>	1	1	2
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
rote Chilischote <b>NL   ES   MA</b>	1	1	1
Kochsahne <b>7</b>	150 g	300 g	300 g
geriebener Hartkäse <b>7) 8</b>	20 g	20 g	40 g
Hühnerbrühe	6 g	8 g	12 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.)

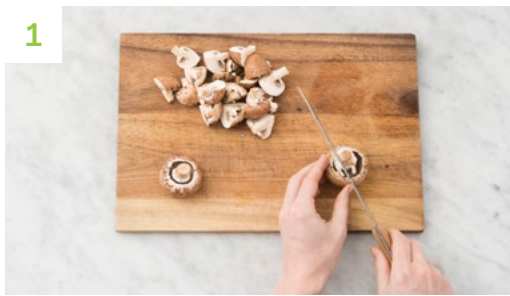
	100 g	Portion (ca. 690 g)
Brennwert	508 kJ/121 kcal	3512 kJ/839 kcal
Fett	4,89 g	33,77 g
– davon ges. Fettsäuren	2,17 g	14,99 g
Kohlenhydrate	14,32 g	98,93 g
– davon Zucker	1,72 g	11,89 g
Eiweiß	4,76 g	32,89 g
Salz	0,466 g	3,220 g

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 **15)** Weizen

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko



## 1 Kleine Vorbereitung

Erhitze 500 ml [750 ml | 1.000 ml] **Wasser** im Wasserkocher.

**Champignons** vierteln.

**Zwiebel** fein hacken.

**Knoblauch** fein hacken.



## 2 Zutaten anbraten

In einem großen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Bacon**, **Champignons**, gehackten **Knoblauch** und **Zwiebel** dazugeben und 2 – 3 Min. anbraten.



## 3 Pasta kochen

**Topfinhalt** mit 500 ml [750 ml | 1.000 ml] heißem **Wasser\***, **Hühnerbrühe** und **Kochsahne** ablöschen. Mit 0,5 TL [0,75 TL | 1 TL] **Salz\*** würzen.

**Conchiglie** dazugeben und alles abgedeckt ca. 12 Min. köcheln lassen, bis die **Pasta** gar ist.

Wichtig: Dabei mind. alle 2 Min. umrühren, sonst kleben die **Conchiglie** am Topfboden fest.

**Tip:** Falls das Wasser zu schnell verkocht, gib schluckweise mehr Wasser dazu.



## 4 Chili schneiden

**Chili** halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden (**Achtung: scharf!**).



## 5 Fertigstellen

**Babyspinat** und die Hälfte des **geriebenen Hartkäses** zur **Pasta** geben und alles 1 Min. weiterköcheln lassen. **Pasta** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 6 Anrichten

**Pasta** auf tiefen Tellern anrichten, mit restlichem **Hartkäse** und **Chili (Achtung: scharf!)** nach Geschmack toppen und genießen.

**Guten Appetit!**

## Chilischote

Geh behutsam bei der Dosierung um, da unsere Chilischote im Schärfegrad variieren kann. Gegen Capsaicin, den scharfen Wirkstoff in Chilischoten, helfen fettlösliche Lebensmittel wie Milch und Käse.

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!

<http://www.hellofresh.de/freunde>

