

# Cremige Hirtenkäse-Tomaten-Pasta

Gericht verursacht 50 % weniger CO2e durch Zutaten

Vegetarisch **Klimaheld** Thermomix kocht • 743 kcal • Tag 3 kochen

22



frische Linguine



Hirtenkäse



Kirschtomaten (Dose)



Basilikum



Rucola



Knoblauchzehe



Pinienkerne



Tomatenmark



Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“



Balsamicreame



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

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Olivenöl\*, Honig\*, Salz\*, Pfeffer\*, Wasser\*, Öl\*

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Schüssel und 1 großer Topf

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Linguine <b>8) 13) 15)</b>	250 g	375 g	500 g
Hirtenkäse <b>7)</b>	100 g	150 g	200 g
Kirschtomaten (Dose)	400 g	600 g**	800 g
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	2	2
Pinienkerne	10 g	20 g	20 g
Tomatenmark	35 g**	70 g	70 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	2 g	4 g	4 g
Balsamicocreme <b>13) 14)</b>	12 g	18 g**	24 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. 450 g)
Brennwert	696 kJ/166 kcal	3107 kJ/743 kcal
Fett	4,4 g	19,4 g
– davon ges. Fettsäuren	1,4 g	6,4 g
Kohlenhydrate	25,2 g	112,3 g
– davon Zucker	12,4 g	55,4 g
Eiweiß	7,7 g	34,2 g
Salz	0,4 g	1,78 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 **13)** Glutenhaltiges Getreide **14)** Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

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

**Ursprungsländer:** **ES:** Spanien



## Für den Salat

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

**Basilikum** in grobe Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Balsamicocreme**, 10 g [15 g | 20 g] **Olivenöl\***, 10 g [15 g | 20 g] **Wasser\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und **10 Sek./Stufe 2,5** vermischen. **Dressing** in eine große Schüssel umfüllen, **Rucola** halbieren und unter das **Dressing** heben.

Mixtopf spülen und trocknen.



## Pinienkerne rösten

In einer kleinen Pfanne **Pinienkerne** ohne Fettzugabe bei mittlerer Hitze rösten, bis sie fein duften und zum **Salat** in die Schüssel geben. Untermischen und **Salat** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Für die Soße

**Knoblauch** abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 10 g [15 g | 20 g] **Öl\*** zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten.

**Tomatenmark** und „Hello Buon Appetito“ in den Mixtopf zugeben und **1 Min./100 °C/Stufe 1** dünsten.

**Kirschtomatenpolpa**, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Honig\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und **8 Min./100 °C/Reverse/Stufe 1** kochen.

Währenddessen die **Pasta** zubereiten.



## Fertigstellen

**Feta** zur **Soße** in den Mixtopf bröseln und **3 Min./98 °C/Stufe 1** garen. **Soße** zur **Pasta** in den Topf geben und gut durchmischen. Evtl. schluckweise aufgefangenes **Kochwasser** dazugeben und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

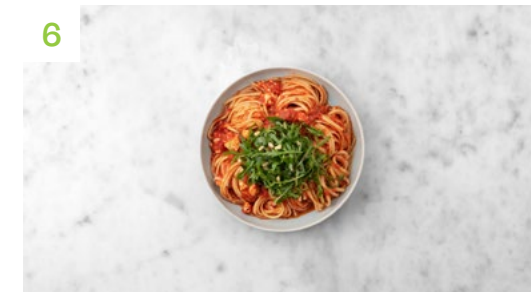


## Pasta kochen

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

**Linguine** in den Topf mit kochendem **Wasser\*** geben und 3 – 4 Min. bissfest kochen. Danach durch den Varoma-Behälter abgießen, dabei 50 ml [75 ml | 100 ml] **Kochwasser** auffangen.

Währenddessen fortfahren.



## Anrichten

**Feta-Tomaten-Pasta** auf Teller verteilen und mit **Rucola-Salat** toppen.

**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>

