

Fettuccine mit Tomatenrahm und Spinat getopft mit gekräuterten Hirtenkäsebröseln

Vegetarisch Family 30 – 40 Minuten • 876 kcal • Tag 3 kochen

7



Fettuccine



braune Champignons



Babyspinat



Tomatenpesto



Kochsahne



Hirtenkäse



Petersilie glatt



Basilikum



Knoblauchzehe



Gemüsebrühpulver



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz*, Öl*, Wasser*, Pfeffer*

Kochutensilien

1 große Pfanne, 1 großer Topf, 1 Sieb und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Fettuccine 15)	270 g	360 g	500 g
braune Champignons	200 g	300 g	400 g
Babyspinat	100 g	150 g	200 g
Tomatenpesto 14)	50 g	75 g	100 g
Kochsahne 7)	150 g	225 g**	300 g
Hirtenkäse 7)	100 g	150 g	200 g
Petersilie glatt/Basilikum	10 g	10 g	10 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Gemüsebrühpulver 10)	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. 500 g)
Brennwert	735 kJ/176 kcal	3667 kJ/876 kcal
Fett	4,9 g	24,4 g
– davon ges. Fettsäuren	2,8 g	13,9 g
Kohlenhydrate	20,7 g	103,4 g
– davon Zucker	2,1 g	10,7 g
Eiweiß	7,4 g	37,1 g
Salz	0,93 g	4,65 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) **10)** Sellerie **14)** Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **ES:** Spanien



Pasta kochen

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

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

Fettuccine hinzugeben und 11 – 12 Min. bissfest garen.

Pasta anschließend durch ein Sieb abgießen.

Inzwischen mit dem Rezept fortfahren.



Topping zubereiten

Hirtenkäse mit den Händen in eine kleine Schüssel bröseln.

Basilikum und **Petersilie** zusammen fein hacken und mit dem **Hirtenkäse** vermengen. Mit **Pfeffer*** würzen.



Gemüse schneiden

Champignons je nach Größe vierteln oder achteln.

Knoblauch fein hacken.



Für die Soße

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** auf mittlerer Stufe erhitzen. **Champignons** und **Knoblauch** darin 3 – 4 Min. anbraten.

Kochsahne, **Tomatenpesto**, **Gemüsebrühe** und 100 ml [150 ml | 200 ml] **Wasser*** dazugeben und alles 4 – 5 Min. köcheln lassen, bis die **Soße** leicht eindickt.

Spinat portionsweise in die **Soße** geben und zusammenfallen lassen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



Pasta vollenden

Abgossene **Pasta** in die Pfanne geben und vorsichtig mit der **Soße** vermengen.



Anrichten

Pasta auf Tellern verteilen. Mit **Kräuter-Hirtenkäse** bestreuen und genießen.

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>

