

Pasta nach Carbonara Art mit Bacon dazu Brokkoli und Pinienkerntopping

Family 30 – 40 Minuten • 806 kcal • Tag 5 kochen

5



frische Linguine



Bacon (Scheiben)



Brokkoli



Kochsahne



Hartkäse ital. Art, geraspelt



Hartkäse ital. Art, gerieben



Pinienkerne



Hühnerbrühe



Maisstärke

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Pfeffer*, Wasser*, Salz*

Kochutensilien

1 hohes Rührgefäß, 1 großer Topf, 1 großer Topf mit Deckel, 1 Sieb und 1 kleine Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Linguine 15)	250 g	375 g	500 g
Bacon (Scheiben)	100 g	125 g	200 g
Brokkoli NL ES	1	1	1
Kochsahne 7)	150 g	225 g**	300 g
Hartkäse ital. Art, geraspelt 7) 8)	20 g	40 g	40 g
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Pinienkerne	10 g	20 g	20 g
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Maisstärke	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. 450 g)
Brennwert	745 kJ/178 kcal	3371 kJ/806 kcal
Fett	8,1 g	36,5 g
– davon ges. Fettsäuren	4,5 g	20,4 g
Kohlenhydrate	18 g	81,4 g
– davon Zucker	2,3 g	10,3 g
Eiweiß	8,1 g	36,5 g
Salz	0,62 g	2,81 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: **NL:** Niederlande **ES:** Spanien



Für die Soße

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Bacon in dünne Streifen schneiden.

In einem hohen Rührgefäß **Kochsahne**, 75 ml **[100 ml | 150 ml] Wasser***, **Hühnerbrühe** und **Maisstärke** gut vermischen, sodass keine Klümpchen mehr vorhanden sind.



Soße zubereiten

Einen großen Topf erhitzen und geschnittenen **Bacon** darin unter Rühren 1 – 2 Min. anbraten.

Mit dem **Sahnemix** ablöschen und unter Rühren aufkochen lassen. Weitere 3 – 4 Min. kochen, bis die **Soße** leicht andickt.



Soße vollenden

Geriebenen Hartkäse in die **Soße** rühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. Topf abgedeckt beiseite stellen.



Für die Pasta

Brokkoli in mundgerechte **Röschen** brechen oder schneiden.

Reichlich heißes **Wasser*** in einen zweiten großen Topf füllen, **salzen*** und aufkochen.

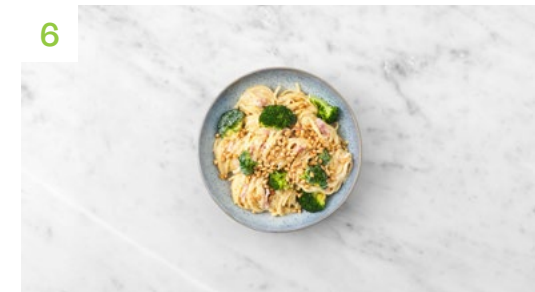
Pasta und **Brokkoliröschen** hineingeben und alles 4 – 5 Min. bissfest garen, danach durch ein Sieb abgießen.



Fertigstellen

In einer kleinen Pfanne **Pinienkerne** 1 – 2 Min. rösten. Beiseite stellen.

Pasta und **Brokkoli** zur **Soße** geben, kurz umrühren und erwärmen.



Anrichten

Pasta auf tiefe Teller verteilen.

Pasta mit **geraspeltem Hartkäse** und gerösteten **Pinienkernen** toppen 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>

