

# Pasta alla Norma! mit gebackenen Kirschtomaten dazu Aubergine und Kräuterfrischecreme

Vegetarisch 30 – 40 Minuten • 816 kcal • Tag 5 kochen

17



frische Linguine



Petersilie glatt



Basilikum



rote Kirschtomaten



Knoblauchzehe



Aubergine



Tomatenpesto



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gemüsebrühpulver



Frischecreme



Kürbiskerne

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Salz\*, Pfeffer\*, Olivenöl\*, Wasser\*

## Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 Knoblauchpresse, 1 große Schüssel, 1 großer Topf, 1 Messbecher, 1 Sieb und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Linguine <b>15)</b>	375 g	500 g	750 g
Petersilie glatt/Basilikum	10 g	10 g	10 g
rote Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	2	2
Aubergine <b>NL   ES   MA</b>	1	1,5**	2
Tomatenpesto <b>14)</b>	25 g	50 g	50 g
Hartkäse ital. Art, gerieben <b>7) 8)</b>	20 g	40 g	40 g
Gemüsebrühpulver <b>10)</b>	4 g	6 g	8 g
Frischecreme <b>7)</b>	100 g	150 g	200 g
Kürbiskerne	10 g	20 g	20 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	752 kJ/180 kcal	3415 kJ/816 kcal
Fett	6 g	27,4 g
– davon ges. Fettsäuren	2,6 g	11,6 g
Kohlenhydrate	24,7 g	112,2 g
– davon Zucker	2,4 g	10,8 g
Eiweiß	6 g	27,1 g
Salz	0,48 g	2,17 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 14) Schwefeldioxide und Sulfite 15) Weizen

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

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



## Gemüse backen

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

**Aubergine** in 2 cm Würfel schneiden.

**Kirschtomaten** halbieren. Beides auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben.

**Knoblauch** abziehen, dazu pressen und alles mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen. Im Ofen 18 – 20 Min. backen, bis die **Aubergine** anfängt zu bräunen.

**Kürbiskerne** die letzten 3 – 5 Min. mit auf das Blech geben.



## Für die Kräuterfrischecreme

In einer kleinen Schüssel gehackte **Kräuter** und **Frischecreme** miteinander verrühren und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken



## Währenddessen

Einige **Basilikumblätter** für die Dekoration beiseitelegen. Restliche **Basilikum-** und **Petersilienblätter** fein hacken.



## Für die Pasta

**Pasta** in den letzten 3 – 4 Min. der Gemüse-Backzeit in das kochende **Wasser\*** geben und 3 Min. bissfest kochen.

Danach 200 ml [300 ml | 400 ml] **Kochwasser\*** abnehmen und **Pasta** durch ein Sieb abgießen. **Pasta** zurück in den Topf geben.

**Ofen-Gemüse**, **Tomatenpesto**, **Gemüsebrühpulver**, abgemessenes **Kochwasser\*** und **Kräuterfrischecreme** (bis auf 2 TL [3 TL | 4 TL]) zu der **Pasta** geben und alles vorsichtig vermengen.

Zum Schluss den **Hartkäse** unterrühren.



## Für die Pasta

In einen großen Topf **Wasser\*** füllen, **salzen\*** und zum Kochen bringen.



## Anrichten

Heiße **Pasta** auf tiefe Teller verteilen, restliche **Kräuterfrischecreme** darauf klecksen. Mit **Kürbiskernen** und **Basilikum** 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>

