

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

Vegetarisch Thermomix hilft • 816 kcal • Tag 5 kochen

17



frische Linguine



Petersilie glatt



Basilikum



rote Kirschtomaten



Knoblauchzehe



Aubergine



Tomatenpesto



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gemüsebrühpulver



Frischcreme



Kürbiskerne



- 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\*

Salz\*, Pfeffer\*, Wasser\*, Öl\*

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech, 1 Backpapier, 1 große Schüssel und 1 großer Topf

## 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   |
| Frischcreme <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



## 1 Gemüse vorbereiten

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

Enden der **Aubergine** abschneiden und **Aubergine** in 2 cm große Würfel schneiden.

**Kirschtomaten** halbieren.

**Aubergine** und **Tomaten** in eine große Schüssel geben.

**Knoblauch** abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 15 g [20 g | 25 g] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und **10 Sek./Stufe 3** mischen.



## 2 Gemüse backen

**Knoblauchöl** zum **Gemüse** geben und vermischen.

**Gewürztes Gemüse** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im Ofen für 18 – 20 Min. backen, bis die **Aubergine** anfängt zu bräunen und die **Tomaten** fast wie geschmolzen sind.

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

Einen großen Topf mit reichlich heißem **Wasser\*** füllen, **salzen\*** und zum Kochen bringen.

Währenddessen fortfahren.



## 3 Für die Kräuterfrischcreme

Ein paar **Basilikumblätter** für die Deko abzupfen und beiseitelegen.

Restliche **Kräuter** in ca. 2 cm große Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Frischcreme**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und **15 Sek./Stufe 4** mischen.



## 4 Pasta kochen

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

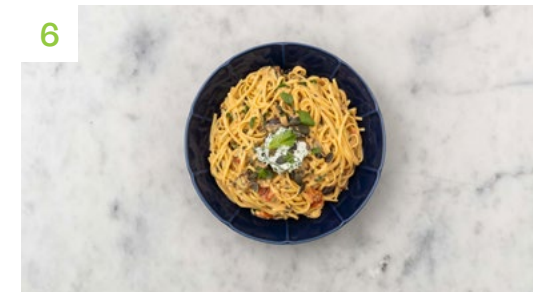
**Pasta** durch den Varoma-Behälter abgießen, dabei 200 ml [300 ml | 400 ml] **Kochwasser\*** auffangen. **Pasta** zurück in den Topf geben.



## 5 Fertigstellen

**Ofen-Gemüse**, **Tomatenpesto**, **Gemüsebrühpulver**, abgemessenes **Kochwasser\*** und **Kräuterfrischcreme** (bis auf 1 TL [1,5 TL | 2 TL]) zur **Pasta** in den Topf geben und vorsichtig vermengen.

Zum Schluss den **Hartkäse** unterrühren und eventuell noch mal mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 6 Anrichten

Heiße **Pasta** auf tiefe Teller geben, restlichen **Kräuterfrischcreme** darauf klecksen. Mit **Kürbiskernen** bestreuen und mit **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>

