

Penne mit Basilikumsoße und Ofengemüse

getoppt mit Pinienkernen und Hartkäse

Family Vegetarisch Thermomix kocht • 950 kcal • Tag 5 kochen

6



Penne



Kochsahne



Basilikum



Gemüsebrühpulver



Schalotte



Knoblauchzehe



Hartkäse ital. Art, geraspelt



Pinienkerne



Porree



Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“



Getrocknete Tomaten mit Kräutern



Karotte



- 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

Wasser*, Salz*, Pfeffer*, Öl*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier und 1 großer Topf

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Penne 15)	270 g	360 g	500 g
Kochsahne 7)	225 g**	300 g	375 g**
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Gemüsebrühpulver 10)	4 g	6 g	8 g
Schalotte DE NL FR ES	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	1
Hartkäse ital. Art, geraspelt 7) 8)	40 g	80 g	80 g
Pinienkerne	20 g	30 g	40 g
Porree DE NL ES	1	1	2
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	2 g	4 g	4 g
Getrocknete Tomaten mit Kräutern	50 g	70 g	100 g
Karotte DE IL NL FR IT ES	2	3	4

**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.)

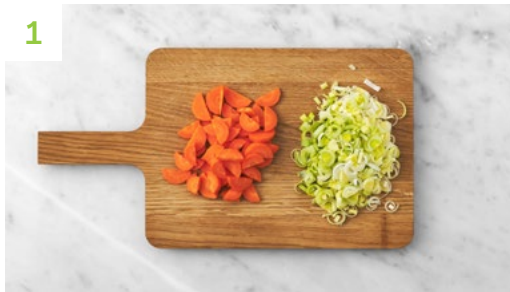
	100 g	Portion (ca. 570 g)
Brennwert	701 kJ/167 kcal	3976 kJ/950 kcal
Fett	6,3 g	35,7 g
– davon ges. Fettsäuren	3,2 g	18,4 g
Kohlenhydrate	21,2 g	120,5 g
– davon Zucker	4,1 g	23,4 g
Eiweiß	5,8 g	32,9 g
Salz	0,64 g	3,63 g

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 15) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland IL: Israel NL: Niederlande FR: Frankreich IT: Italien ES: Spanien



Zu Beginn

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

Einen großen Topf mit reichlich **Wasser*** füllen, **salzen*** und aufkochen lassen.

Karotte nach Belieben schälen, längs halbieren und in 0,5 cm Halbmonde schneiden.

Porree längs halbieren, gründlich auswaschen und in 0,5 cm Halbmonde schneiden.

Knoblauch abziehen.



Zerkleinern

Blätter vom **Basilikum** zupfen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern, etwas zur Dekoration beiseitestellen und den restlichen **Basilikum** mit dem Spatel nach unten schieben.

Schalotte halbieren, abziehen und mit den **getrockneten Tomaten** in den Mixtopf zugeben. Alles **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

10 g [15 g | 15 g] **Öl*** zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten.



Gemüse backen

Knoblauch in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und zum **Gemüse** auf das Backblech geben. Mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, etwas **Salz*** und **Pfeffer*** würzen, vorsichtig vermengen und im Ofen für 14 – 17 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist. Währenddessen fortfahren.



Soße kochen

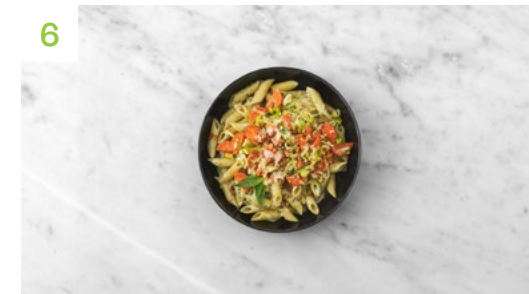
50 g **Wasser***, **Kochsahne**, **Gemüsebrühe**, **Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben, anstelle des Messbechers den Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **6 Min./98 °C/Reverse/Stufe 1** kochen.

In den letzten 2 Min. der Gemüse-Backzeit die **Pinienkerne** mit auf das Backblech geben.



Pasta kochen

Pasta im großen Topf für ca. 11 Min. bissfest garen. Währenddessen die **Soße** kochen.



Fertigstellen

Pasta durch den Varoma-Behälter abgießen und gleich zurück in den Topf geben. **Soße** und die Hälfte vom **Hartkäse** zur **Pasta** in den Topf geben, gut vermengen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Pasta mit **Soße** auf Teller verteilen, mit dem **Ofengemüse**, restlichem **Hartkäse** und **Pinienkernen** 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>

