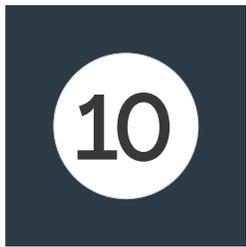


Linguine mit Rosmarin-Riesengarnelen in Kirschtomaten-Sahne-Soße

25 – 35 Minuten • 950 kcal • Tag 2 kochen



Großgarnelen



frische Linguine



rote Kirschtomaten



Schalotte



Knoblauchzehe



Petersilie glatt



Basilikum



Rosmarinweig



Kochsahne



Hartkäse ital. Art, geraspelt



Tomatenpesto



Gemüsebrühpulver



Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Garnelen mit Küchenpapier trocken.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Olivenöl*, Salz*, Wasser*

Kochutensilien

2 große Pfanne, 1 großer Topf, 1 Messbecher und 1 Sieb

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Großgarnelen 5)	250 g	500 g	500 g
frische Linguine 15)	250 g	375 g	500 g
rote Kirschtomaten	250 g	375 g	500 g
Schalotte DE NL FR ES	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Petersilie glatt/Basilikum	10 g	10 g	10 g
Rosmarinzwig	10 g	10 g	10 g
Kochsahne 7)	150 g	300 g	300 g
Hartkäse ital. Art, geraspelt 7) 8)	20 g	40 g	40 g
Tomatenpesto 14)	25 g	50 g	50 g
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. 520 g)
Brennwert	762 kJ/182 kcal	3976 kJ/950 kcal
Fett	5,9 g	30,5 g
– davon ges. Fettsäuren	2,2 g	11,5 g
Kohlenhydrate	15,4 g	80,1 g
– davon Zucker	2,1 g	11,2 g
Eiweiß	6,5 g	33,8 g
Salz	0,66 g	3,46 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: **5)** Krebstiere **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: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **FR:** Frankreich **ES:** Spanien



Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Schalotte halbieren und fein würfeln.

Knoblauch in feine Scheiben schneiden.

Die Hälfte [drei Viertel | alle] **Rosmarinadeln** fein hacken.

Petersilienblätter fein hacken.



Garnelen braten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** erhitzen. **Riesengarnelen** darin 2 Min. bei mittlerer Hitze anbraten.

Knoblauchscheiben und **Rosmarin** dazugeben und 2 – 3 Min. weiterbraten, bis die **Garnelen** innen nicht mehr glasig sind. Pfanne vom Herd nehmen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



Pasta kochen

In einen großen Topf reichlich **Wasser*** füllen, **salzen*** und aufkochen. **Linguine** darin 3 Min. bissfest kochen.

Anschließend durch ein Sieb abgießen, dabei 75 ml [100 ml | 150 ml] **Kochwasser** auffangen.



Währenddessen

In einer zweiten großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** erhitzen. **Kirschtomaten** und **Schalottenwürfel** darin 2 – 3 Min. braten, bis die **Kirschtomaten** etwas bräunen.



Pasta vollenden

Kochsahne, **Tomatenpesto**, **Gemüsebrühe** und aufgefangenes **Kochwasser** zu den **Kirschtomaten** geben und alles 1 – 2 Min. einköcheln lassen.

Abgetropfte **Linguine** und **Petersilie** zu der **Soße** geben und gut untermengen.



Anrichten

Linguine mit **Kirschtomaten-Sahne-Soße** auf tiefe Teller geben. **Riesengarnelen** mit **Knoblauch** und **Rosmarin** darauf verteilen.

Mit **geraspeltem Hartkäse** und **Basilikumblättern** 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>

