

# Pizzetta Caprese mit Mozzarella

## Antipasti und Rucola

Vegetarisch 20 – 30 Minuten • 771 kcal • Tag 3 kochen



Libanesisches Fladenbrot



Mozzarella



Paprika multicolor



Rucola



rote Zwiebel



Tomatenpesto



Basilikumpaste



Balsamicoreme



Gewürzmischung  
„Hello Buon Appetito“



Hartkäse ital. Art, geraspelt



- Ohne künstliche Farbstoffe  
- Ohne künstliche Aromen  
- Ohne hinzugefügte Glutamate

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Pfeffer\*, Olivenöl\*, Öl\*, Salz\*

## Kochutensilien

1 große Schüssel und 1 große Pfanne mit Deckel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Libanesisches Fladenbrot <b>15)</b>	120 g**	180 g**	240 g
Mozzarella <b>7)</b>	125 g	187,5 g**	250 g
Paprika multicolor <b>NL   ES   MA   BE   PL</b>	1	1	2
Rucola	50 g	75 g	100 g
rote Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	2	2
Tomatenpesto <b>14)</b>	75 g	100 g	150 g
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	24 ml
Balsamicocreme <b>14) 15)</b>	12 g	24 g	24 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“ Hartkäse ital. Art, geraspelt <b>7) 8)</b>	4 g	6 g	8 g
	20 g	40 g	40 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. 350 g)
Brennwert	920 kJ/220 kcal	3226 kJ/771 kcal
Fett	11,4 g	39,8 g
– davon ges. Fettsäuren	4,4 g	15,6 g
Kohlenhydrate	14,5 g	50,9 g
– davon Zucker	3,4 g	12 g
Eiweiß	7,5 g	26,3 g
Salz	0,76 g	2,68 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 **14)** Schwefeldiooxide und Sulfite **15)** Weizen

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko **BE:** Belgien **PL:** Polen **EG:** Ägypten

1



2



3



## Topping anbraten

**Zwiebel** halbieren und in feine Streifen schneiden.

**Paprika** halbieren, entkernen und in 1 cm Streifen schneiden.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\*** erhitzen. **Zwiebel** und **Paprika** 4 – 5 Min. anbraten.

„**Hello Buon Appetito**“ 30 Sek. mitbraten. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

**Gemüse** herausnehmen und Pfanne auswischen.

## Währenddessen

In einer großen Schüssel **Balsamicocreme**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** verrühren.

**Rucola** grob hacken und mit dem **Dressing** vermengen.

**Mozzarella** in grobe Stücke zupfen.

**Tomatenpesto** gleichmäßig auf 2 [3 | 4] **Libanesischen Fladenbroten** verteilen.

## Pizzetta vollenden

In 2 Pfannen jeweils 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl\*** bei mittlerer Temperatur erhitzen.

**Fladenbrot** hineingeben, **Mozzarella** darüber verteilen, mit **Paprika-Gemüse** und **Hartkäseflakes** toppen und abgedeckt 1 – 2 Min. braten, bis der Boden knusprig und der **Käse** geschmolzen ist.

**Tipp:** Du kannst die Pizzetta auch nacheinander in derselben Pfanne braten.

**Pizzetta** in Stücke schneiden. Mit **Rucola** und **Basilikumpaste** 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>

