

# Paccheri mit Pistazien-Gremolata in zitroniger Sahnesoße, dazu Zucchini

Vegetarisch 15 – 25 Minuten • 802 kcal • Tag 5 kochen

28



frische Paccheri



Zucchini



Rosmarinweig



Knoblauchzehe



Zitrone, gewachst



Kochsahne



Pistazien



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gemüsebrühpulver



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

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

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

## Kochutensilien

1 Knoblauchpresse, 1 Gemüseribe, 1 große Pfanne, 1 großer Topf, 1 Messbecher, 1 Sieb und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Paccheri <b>15)</b>	250 g	375 g	500 g
Zucchini <b>NL   ES   BE   MA   IT</b>	2	3	4
Rosmarinzwig	10 g	10 g	10 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1,5**	2
Zitrone, gewachst <b>ES   ZA   AR   TR   CL   EG</b>	1	1	1
Kochsahne <b>7)</b>	225 g**	300 g	450 g
Pistazien <b>28)</b>	10 g	20 g	20 g
Hartkäse ital. Art, gerieben <b>7) 8)</b>	40 g	60 g	80 g
Gemüsebrühpulver <b>10)</b>	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. 550 g)
Brennwert	614 kJ/147 kcal	3356 kJ/802 kcal
Fett	6,9 g	37,7 g
– davon ges. Fettsäuren	3,1 g	17 g
Kohlenhydrate	15,6 g	85 g
– davon Zucker	2,7 g	14,9 g
Eiweiß	3 g	16,4 g
Salz	0,36 g	1,96 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 **28)** Pistazien

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

**Ursprungsländer:** **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **BE:** Belgien **MA:** Marokko **IT:** Italien **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien **TR:** Türkei **CL:** Chile **EG:** Ägypten



## Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

In einen großen Topf kochendes **Wasser\*** füllen, **salzen\*** und aufkochen lassen.

**Zucchini** in ca. 5 cm lange und 1 cm breite Stifte schneiden.

Hälfte [drei Viertel | gesamte] **Rosmarinnadeln** fein hacken.

**Knoblauch** abziehen.

**Zitrone** heiß waschen und die Schale fein abreiben. **Zitrone** in 4 Spalten schneiden.



## Ablöschen

**Paccheri** nach der Garzeit durch ein Sieb abgießen und dabei 50 ml [75 ml | 100 ml] **Pastawasser\*** auffangen.

**Zuchinistifte** mit dem **Pastawasser\*** und **Soft** von 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte** ablöschen.



## Für die Gremolata

In einer großen Pfanne ohne Fettzugabe **Pistazien** 1 – 2 Min. rösten, herausnehmen und fein hacken.

**Knoblauch** in eine kleine Schüssel pressen.

**Rosmarinnadeln, Pistazien**, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zitronenabrieb, Saft** von 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** dazugeben und alles vermengen.



## Soße kochen

**Gemüsebrühe**, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zitronenabrieb**, drei Viertel [gesamte | gesamte] **Kochsahne** und die Hälfte des **geriebenen Hartkäses** in die Pfanne geben und 2 – 3 Min. unter Rühren einköcheln lassen.

**Paccheri** in die Pfanne geben und 1 Min. mitkochen. Nach Belieben mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Pasta kochen

**Paccheri** in das kochende **Wasser** geben und 3 – 5 Min. bissfest garen.

Währenddessen in der großen Pfanne aus Schritt 2 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\*** erhitzen. **Zuchinistifte** darin 3 – 5 Min. anbraten.



## Anrichten

**Paccheri** mit der **Soße** auf Tellern anrichten und mit restlichem **Hartkäse** und **Pistazien-Zitronen-Gremolata** 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>

