



# Chili-Nudeln mit Burrata & Knoblauch-Chili-Öl

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten

One-Pot-Gericht Klimaheld 30 – 40 Minuten • 832 kcal • Tag 5 kochen



Chili-Nudeln



Zwiebel



Knoblauchzehe



Worcester Sauce



milde Chiliflocken



stückige Tomaten



Burrata



Basilikum



Gemüsebrühe



Karotte



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

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

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

## Kochutensilien

1 großen Topf mit Deckel, und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Chili-Nudeln <b>15)</b>	200 g	300 g**	400 g
Zwiebel <b>DE   NL   NZ</b>	1	1	2
Knoblauchzehe <b>ES</b>	2	3	4
Worcester Sauce	8 ml	8 ml	16 ml
milde Chiliflocken	2 g	4 g	4 g
stückige Tomaten	390 g	585 g**	780 g
Burrata <b>7)</b>	125 g	187,5 g**	250 g
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Gemüsebrühe <b>10)</b>	4 g	6 g	8 g
Karotte <b>DE   NL   DK</b>	1	1	2

\*\*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. 620 g)
Brennwert	560 kJ/134 kcal	3480 kJ/832 kcal
Fett	6,12 g	37,98 g
- davon ges. Fettsäuren	2,09 g	12,96 g
Kohlenhydrate	13,48 g	83,74 g
- davon Zucker	3,79 g	23,53 g
Eiweiß	2,09 g	12,98 g
Salz	0,862 g	5,353 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) 10) Sellerie 15) Weizen

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

**Ursprungsländer:** DE: Deutschland NL: Niederlande NZ: Neuseeland DK: Dänemark ES: Spanien



## Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

**Zwiebel** fein würfeln.

**Karotte** längs vierteln und fein würfeln.

**Knoblauch** fein hacken.

**Basilikumblätter** grob hacken, dabei **Basilikumstiele** aufbewahren.



## Für das Chili-Öl

In einem großen Topf mit Deckel 3 EL [4,5 EL | 6 EL] **Olivenöl\*** erhitzen.

Die Hälfte des **Knoblauchs** und **Chiliflocken** in eine kleine Schüssel geben und mit dem heißen **Öl** übergießen.



## Für die Soße

In demselben großen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\*** erhitzen und darin **Zwiebeln** und **Karotten** für 2 – 3 Min. farblos anschwitzen. Restlichen **Knoblauch** hinzugeben und für weitere 30 Sek. anschwitzen.

**Topfinhalt** mit **gehackten Tomaten**, **Gemüsebrühe**, Worcester sauce und 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser\*** ablöschen, Hitze reduzieren, **Basilikumstiele** hinzugeben und für 10 Min. abgedeckt köcheln lassen.



## Nudeln kochen

Nach der Garzeit **Basilikumstiele** entfernen.

**Chilinudeln** und 200 ml [300 ml | 400 ml] **Wasser\*** hinzugeben und **Chilinudeln** abgedeckt für 4 – 5 Min. garen, bis die **Nudeln** bissfest sind.



## Soße abschmecken

**Soße** mit 0,5 TL [0,75 TL | 1 TL] **Salz\***, **Pfeffer\*** und **Zucker\*** abschmecken.

**Burrata** halbieren.



## Anrichten

**Chilinudeln** auf tiefe Teller verteilen und mit dem **Burrata** toppen. Mit **Basilikumblättern** garnieren und nach Belieben mit dem **Chili-Knoblauch-Öl** beträufeln.

**Guten Appetit!**

### milde Chiliflocken

Sei etwas vorsichtig beim Würzen mit unserem milden Chili. Trotz seines Namens kann der Schärfe grad variieren. Starte mit weniger Chiliflocken und taste Dich an Deine Wohlfühl-Schärfe heran.

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

