



FIGRELLI-PASTA MIT EXTRA SCHWEINEFILET und herzhaften Käsebröseln



EXTRA LECKERBISSEN

SCHWEINEFILET



Fiorelli mit Pilzfüllung



rote Zwiebel



Petersilie



Thymian



Hartkäse ital. Art



Semmelbrösel



Gemüsebrühe



braune Champignons



Crème fraîche



geschroteter Chili



Basilikumpaste



Pinienkerne



Schweinefilets

30 Minuten Stufe 1

Tag 1-5 kochen

Dank unserem Extra Leckerbissen gibt es zu Deinen „Seelenstreichler“-Fiorelli heute ein besonderes Upgrade: ein **proteinreiches** extra Schweinefilet und ein selbst gemachtes Basilikum-Chili-Öl. Die sorgen für das i-Tüpfelchen auf Deinem Teller. Trotzdem bleibt die Zubereitung kinderleicht. So kannst Du schon bald herzhaft schlemmen. Guten Appetit!

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.

Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) und erhitze reichlich Wasser im **Wasserkocher**.

Zum Kochen benötigst Du **1 kleine Pfanne**, **1 kleine Schüssel**, **1 große Pfanne**, **1 großen Topf**, **1 Gemüsereibe**

1 Sieb und **1 Backblech** mit **Backpapier**.



1 KÄSEBRÖSEL HERSTELLEN

Hartkäse reiben. **Petersilienblätter** hacken. In einer kleinen Pfanne **Öl*** auf mittlerer Stufe erhitzen, **Semmelbrösel**, **drei Viertel** des geriebenen **Hartkäses** und gehackte **Petersilie** zugeben und 1 – 2 Min. unter Rühren rösten, bis die **Käsebrösel** goldbraun sind. **Brösel** aus der Pfanne nehmen und Pfanne mit Küchenpapier auswaschen. **Pinienkerne** in derselben Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze ca. 3 – 4 Min. leicht rösten, bis sie duften. **Pinienkerne** aus der Pfanne nehmen und in einer kleinen Schüssel beiseitestellen.



2 GEMÜSE SCHNEIDEN

Braune Champignons je nach Größe halbieren oder vierteln. **Rote Zwiebel** abziehen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Blätter vom **Thymian** abzupfen und hacken. Für das **Basilikumöl** die **Basilikumpaste**, **Chili** und **Olivenöl*** zu den **Pinienkernen** geben und verrühren. Beiseitestellen.



3 CHAMPIGNONS ANBRATEN

Schweinefilets mit **Salz*** und **Pfeffer*** auf beiden Seiten würzen. In einer großen Pfanne **Öl*** erwärmen und die **Filets** von jeder Seite 2 – 3 Min. scharf anbraten. **Filets** aus der Pfanne nehmen. In derselben Pfanne **Zwiebelstreifen** und **Champignons** für 4 – 5 Min. anschwitzen, bis alles weich ist. Währenddessen mit dem nächsten Schritt weitermachen.



4 FIORELLI GAREN

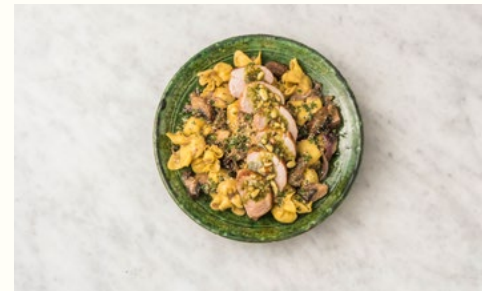
Einen großen Topf mit kochendem **Wasser** füllen, **salzen*** und einmal aufkochen lassen, **Fiorelli** hineingeben, Hitze reduzieren und 5 – 6 Min. ziehen lassen. Anschließend **Fiorelli** in ein Sieb abgießen und 30 ml [45ml | 60 ml] **Kochwasser** auffangen. Mit der mitgelieferten **Gemüsebrühe** und dem aufgefangenen **Kochwasser** eine **Gemüsebrühe** zubereiten. **Schweinefilets** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech in den Backofen geben und für 7 – 9 Min. (je nach Geschmack) fertig garen. In der Zwischenzeit mit der **Soße** weitermachen.



5 SOSSE VOLLENDEN

Crème fraîche, **Gemüsebrühe**, **Fiorelli**, restlichen geriebenen **Hartkäse** und **Thymian** zu den **Pilzen** geben und alles mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

★ **TIPP:** Wenn die Soße zu fest ist, etwas *Nudelkochwasser* hinzugeben. Wenn die Soße zu dünn ist, noch mal 1 Min. köcheln lassen.



6 ANRICHTEN

Schweinefilets aufschneiden. **Fiorelli** mit **Champignon Gemüse** auf tiefe Teller verteilen. **Schweinefilets** fächerförmig obendrauf setzen und **Fiorelli** mit **Käsebröseln** drum herum toppen. **Basilikum-Pinienkern-Öl** über das **Fleisch** träufeln und genießen.

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Hartkäse ital. Art 2) 5)	40 g	60 g	80 g
Petersilie/Thymian	10 g	10 g	10 g
Semmelbrösel 1)	25 g	38 g	50 g
Pinienkerne	10 g	15 g	20 g
braune Champignons	200 g	300 g	400 g
rote Zwiebel EG	1	1	2
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	30 ml
geschroteter Chili	1 g	2 g	2 g
Schweinefilets	280 g	420 g	560 g
Fiorelli mit Pilzfüllung 1) 2) 5)	300 g	450 g	600 g
Gemüsebrühe	4 g	6 g	8 g
Crème fraîche 5)	100g	150 g	300 g
Öl* für Schritt 1 und 3	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Olivenöl* für Schritt 2	2 EL	3 EL	4 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

☉ 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	777 kJ/186 kcal	4.366 kJ/1.044 kcal
Fett	11 g	60 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	21 g
Kohlenhydrate	15 g	83 g
– davon Zucker	1 g	6 g
Eiweiß	11 g	59 g
Salz	1 g	2 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

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 5) Milch

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

URSPRUNGSLÄNDER

EG: Ägypten

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

[f](#) [i](#) [v](#) [p](#) #HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!