

# Kräftige Gemüsesuppe mit Tortellini,

getopt von Käsebröseln und Basilikumpesto



## HELLO BASILIKUM

Wusstest Du, dass Basilikum gleich eine ganze Reihe Spitznamen hat? Basilie, Basilienkraut oder Königskraut sind nur einige von ihnen.



Tortellini



Hartkäse



Baguette



Zwiebel



Karotte



Gemüsebrühe



Basilikum



Bohnen-Mix



Babyspinat

25 Minuten

Stufe 1

Veggie

leichter Genuss

An kalten Tagen tut eine kräftige, klare Gemüsesuppe besonders gut. Und so richtig genießen kannst Du mit unserer Variation mit Tortellini, die eine leckere Parmesan-Ricotta-Füllung haben. Für das besondere Etwas haben wir noch Käse-Brot-Würfel und Basilikumpesto für Dich dabei. Und das Beste: Du brauchst lediglich einen großen Topf und Deinen Backofen für die Zubereitung! Lass es Dir schmecken!

# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab. Erhitze **1000 ml** [1500 ml|2000 ml] Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 großen Topf**, ein **Sieb**, ein **hohes Rührgefäß**, einen **Pürrierstab**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



## 1 BRÖSEL BACKEN

**Hartkäse** reiben. **Baguette** in kleine Stücke zupfen, auf einem mit **Backpapier** belegten **Backblech** verteilen,  $\frac{1}{2}$  vom **Hartkäse** darübergeben, alles gut vermischen und 7 – 8 Min. backen.



## 2 SUPPE VORBEREITEN

**Zwiebel** abziehen, halbieren und **Zwiebelhälften** in dünne Streifen schneiden. **Karotte** schälen, längs vierteln und in 1 cm große Stücke schneiden.



## 3 GEMÜSE ANBRATEN

In einem großen Topf **Öl\*** bei mittlerer Hitze erhitzen. **Zwiebelstreifen** und **Karottenstücke** darin 2 – 3 Min. anbraten. Anschließend mit **Wasser\*** ablöschen, **mediterrane Gemüsebrühe** hinzugeben und abgedeckt ca. 15 Min. köcheln lassen.



## 4 PESTO MIXEN

Restlichen **Hartkäse** mit **Basilikumblättern**, **Olivöl\*** und **Wasser\*** in ein hohes Rührgefäß geben und mit einem Pürrierstab zu einem **Pesto** mixen.



## 5 SUPPE VOLLENDEN

**Bohnen-Mix** in ein Sieb geben, mit **Wasser** abspülen, bis dieses klar hindurchläuft. **Bohnen-Mix** zusammen mit **Tortellini** in den letzten 5 – 7 Min. der Gemüse-Garzeit in den großen Topf geben. **Babyspinat** unterrühren.



## 6 ANRICHTEN

**Tortellinisuppe** auf tiefe Teller verteilen, **Käsebrösel** darüber verteilen und zusammen mit **Basilikumpesto** genießen.

# 2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Hartkäse ital. Art 3) 7)	40 g	60 g	80 g
Baguette 1)	$\frac{1}{2}$ ☞	$\frac{3}{4}$ ☞	1
Zwiebel DE	1	1 $\frac{1}{2}$ ☞	2
Karotte NL	1	1 $\frac{1}{2}$ ☞	2
Mediterrane Gemüsebrühe 15)	9 g	13,5 g ☞	18 g
Basilikum	10 g	15 g	20 g
Bohnen-Mix (Packung)	1	1 $\frac{1}{2}$ ☞	2
Tortellini 1) 3) 7)	200 g ☞	300 g ☞	400 g
Babyspinat	50 g	75 g	100 g
Öl*	$\frac{1}{2}$ EL	$\frac{3}{4}$ EL	1 EL
heißes Wasser*	1000 ml	1500 ml	2000 ml
Olivöl*	$\frac{1}{2}$ EL	$\frac{3}{4}$ EL	1 EL
Wasser* für Pesto	1 EL	2 EL	3 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	100 g	PORTION (ca. 1000 g)
Brennwert	596 kJ/142 kcal	2889 kJ/689 kcal
Fett	4 g	16 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	7 g
Kohlenhydrate	20 g	96 g
– davon Zucker	2 g	7 g
Eiweiß	8 g	36 g
Ballaststoffe	4 g	19 g
Salz	1 g	3 g

### ALLERGENE

1) Weizen 3) Ei 7) Milch

15) kann Spuren von Senf enthalten

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

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, NL: Niederlande

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



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de

AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

# Guten Appetit!

2018 | KW 05 | 6

