



ITALIENISCHE PASTA-BOWL MIT BÜFFELMOZZARELLA, selbst gemachtem Antipasti-Gemüse & Basilikum-Pesto

SPECIAL



geriebener Hartkäse



Büffelmozzarella D.O.P.



Kirschtomaten



Zucchini



rote Spitzpaprika



Penne



Balsamicreame



Cashewkerne



Basilikumpaste



Basilikum



Knoblauchzehe

30 - 40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 1

Veggie

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **1 großen Topf**, **1 hohes Rührgefäß**, **1 Pürierstab**, **1 kleine Schüssel**, **1 Sieb** und **1 große Schüssel**.



1 ZU BEGINN

Erhitze reichlich Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.

Enden der **Zucchini** abschneiden und **Zucchini** schräg in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Spitzpaprika halbieren, Strunk und Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm breite Streifen schneiden.

Knoblauch mithilfe eines Messerrückens andrücken, bis die Schale sich etwas löst.



4 FÜR DAS PESTO

Knoblauch aus dem Ofengemüse entfernen und abziehen. In einem hohen Rührgefäß **Cashewkerne**, **Knoblauch**, **Hartkäse**, **Basilikumstiele** und **-blätter**, **Basilikumpaste**, 5 EL [7 EL | 8 EL] **Öl*** und 3 EL [4½ EL | 6 EL] **Wasser*** mit einem Pürierstab zu einem feinen **Pesto** verarbeiten. Nach Geschmack mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



2 GEMÜSE BACKEN

Zucchinischeiben, **Paprikastreifen** und **Knoblauch** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und 10 – 15 Min. backen.

In einen großen Topf reichlich heißes Wasser füllen, **salzen*** und einmal aufkochen lassen. **Penne** darin je nach Vorliebe 10 – 12 Min. garen.



5 GEMÜSE UND PASTA VOLLENDEN

Gebackenes **Gemüse** in eine große Schüssel geben, **Balsamicocreme** unterrühren.

Penne nach der Garzeit in ein Sieb abgießen und gleich zurück in den Topf geben.

Hälfte des **Pestos** dazugeben und alles gut miteinander mischen.



3 TOMATENSALAT ZUBEREITEN

Kirschtomaten halbieren.

Kleine **Basilikumblätter** abzupfen. Restliche **Basilikumblätter** und **-stiele** beiseitestellen.

In einer kleinen Schüssel **Kirschtomaten** und kleine **Basilikumblätter** mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl***, 1 TL [1½ TL | 2 TL] **Balsamicoessig*** und 1 Prise **Zucker*** mischen und marinieren lassen.



6 ANRICHTEN

Penne auf tiefe Teller verteilen. **Antipasti-Gemüse** und **Tomatensalat** dazu anrichten. **Büffelmozzarella** halbieren und je eine Hälfte in die Mitte der Bowl setzen. **Mozzarella** mit ein wenig **Olivenöl*** beträufeln und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. **Pasta-Bowl** mit restlichem **Pesto** genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zucchini ES	1	1	2
rote Spitzpaprika ES	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Penne 1)	250g	375g	500g
Kirschtomaten	150g	200g	300g
Basilikum	10g	10g	10g
Cashewkerne 7)	20g	30g	40g
geriebener Hartkäse 5)	20g	20g	40g
Basilikumpaste	15ml	15ml	24ml
Balsamicocreme 1) 11)	12ml	12ml	24ml
Büffelmozzarella D.O.P. 5)	1	1½	2
Olivenöl* für Schritt 2 und 3	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Balsamicoessig* 1) 11) für Schritt 3	1 TL	1½ TL	2 TL
Öl* für Schritt 4	5 EL	7 EL	8 EL
Wasser* für Schritt 4	3 EL	4½ EL	6 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	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. 500 g)
Brennwert	910 kJ/218 kcal	4.657 kJ/1.113 kcal
Fett	11,84 g	60,54 g
- davon ges. Fettsäuren	3,48 g	17,82 g
Kohlenhydrate	20,84 g	106,60 g
- davon Zucker	2,70 g	13,80 g
Eiweiß	6,57 g	33,61 g
Salz	0,231 g	1,182 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 5) Milch 7) Schalenfrüchte 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien

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



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!