

Penne mit Basilikumsoße und Ofengemüse getoppt mit Pinienkernen und Hartkäse

Vegetarisch Family 30 – 40 Minuten • 3940 kJ/942 kcal • Tag 5 kochen

6



Penne



Kochsahne



Basilikum



Gemüsebrühe



Schalotte



rote Spitzpaprika



Knoblauchzehe



Hartkäse geraspelt



Pinienkerne



Zucchini



Gewürzmischung
„Hello Buon Appetito“



getrocknete Tomaten



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

Gut im Haus zu haben

Wasser*, Salz*, Pfeffer*, Öl*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 großen Topf, 1 hohes Rührgefäß, 1 Pürierstab,
1 Knoblauchpresse, 1 kleinen Topf, 1 Sieb
und 1 Auflaufform

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Penne 15)	270 g	360 g	500 g
Kochsahne 7)	200 g	300 g	400 g
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Gemüsebrühe 10)	4 g	6 g	8 g
Schalotte FR NL DE	1	1	2
rote Spitzpaprika NL ES	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	1	1
Hartkäse geraspelt 7) 8)	40 g	80 g	80 g
Pinienkerne	20 g	20 g	40 g
Zucchini DE	1	2	2
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	2 g	4 g	4 g
getrocknete Tomaten	50 g	75 g	100 g
Wasser*, Öl*	Angaben im Text		
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. 510 g)
Brennwert	773 kJ/185 kcal	3940 kJ/942 kcal
Fett	6,81 g	34,73 g
– davon ges. Fettsäuren	3,21 g	16,39 g
Kohlenhydrate	23,36 g	119,15 g
– davon Zucker	3,82 g	19,46 g
Eiweiß	6,61 g	33,69 g
Salz	0,554 g	2,827 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

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland NL: Niederlande ES: Spanien FR: Frankreich



Für das Gemüse

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Einen großen Topf mit reichlich heißem **Wasser*** füllen, **salzen*** und aufkochen lassen.

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Spitzpaprika in 1 cm dicke Ringe schneiden.

Knoblauch abziehen.

Enden der **Zucchini** entfernen und **Zucchini** in 1 cm dicke Scheiben schneiden.



Gemüse backen

Zucchini und **Paprika** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (dabei etwas Platz für die **Pinienkerne** lassen), **Knoblauch** dazupressen und alles vorsichtig mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, etwas **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Alles zusammen im Ofen für 15 – 20 Min. backen, bis das **Gemüse** weich und leicht gebräunt ist.



Pasta kochen

Pasta im großen Topf für ca. 11 Min. bissfest garen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.

In den letzten 2 Min. der Gemüse-Backzeit die **Pinienkerne** mit auf das Backblech geben.



Für die Soße

Schalotte halbieren, abziehen und fein hacken.

Getrocknete Tomaten fein hacken.

Blätter vom **Basilikum** abzupfen.

In einem hohen Rührgefäß **Kochsahne**, **Basilikumblätter** (etwas für die Dekoration beiseitelegen), **Gemüsebrühe**, **Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“** und 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser*** mit einem Pürierstab mixen.



Soße kochen

In einem kleinen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. **Zwiebel** und **getrocknete Tomaten** hinzufügen und ca. 1 Min. anschwitzen.

Mit vorbereitetem **Sahnemix** ablöschen, ca. 1 Min. kochen.

Pasta durch ein Sieb abgießen und gleich zurück in den großen Topf geben.

Soße zu der **Pasta** in den Topf geben, die Hälfte vom **Hartkäse** hinzufügen und gut vermengen.



Anrichten

Pasta mit **Soße** auf Tellern anrichten und mit dem **Ofengemüse**, restlichem **Hartkäse** und **Pinienkernen** toppen.

Guten Appetit!

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

