



# SCHARFE PASTA ARRABBIATA MIT ITALIENISCHEM SCHNITZEL, Käsecrumble, Rucola und Mozzarella



## EXTRA LECKERBISEN

SCHNITZEL



Kirschtomaten



rote Zwiebel



Basilikum



Semmelbrösel



geriebener Hartkäse



Tomaten



milde Chiliflocken



Schweinelachssteaks



Gewürzmischung  
„Hello Mediterraneo“



Knoblauchzehe



rote Chilischote



Oregano



Mozzarella  
(Bocconcino)



Rucola



Penne



Balsamicoessig



Weizenmehl

20 [25 | 30] Min. 40 [45 | 45] Min.

Stufe 2 Thermomix kocht

Tag 1 - 5 kochen

Extra Leckerbissen! Unsere **scharfe** Pasta Arrabbiata zählt eh schon zu Deinen liebsten Gerichten. Mit einem würzigen italienischen Schnitzel wird daraus aber noch mal ein ganz besonderer Genuss. Durch die Kirschtomaten erhält Deine Soße übrigens ganz besonders viel Geschmack, der mit rotem Chili ordentlich aufgepeppt wird. Für Frische sorgt der Rucola, der perfekt zu Pasta, Soße und den zwei Käsesorten passt.

thermomix

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
 Erhitze Wasser im **Wasserkocher**.  
 Neben dem **Thermomix** benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **1 großen Topf**, **3 tiefe Teller**, **1 große Pfanne** und **1 kleine Schüssel**.



## 1 GEMÜSE VORBEREITEN

**Kirschtomaten** halbieren. **Tomaten** in grobe Stücke schneiden und beides auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. **Oreganoblättchen** abzupfen. **Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen und **Zwiebel** halbieren. **Chili** längs halbieren, entkernen (**Achtung: scharf!**) und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. **Zwiebel**, **Knoblauch**, **Oregano**, **Chili**, **Salz** und **Pfeffer** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und über die **Tomaten** geben.



## 4 KÄSEBRÖSEL ZUBEREITEN

**Basilikumblätter** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und etwas für die Deko herausnehmen. Rest mit dem Spatel nach unten schieben. Restliche **Semmelbrösel** und **geriebenen Hartkäse** zugeben und **8 Sek./Stufe 3** mischen. In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl** bei mittlerer Stufe erhitzen, **Bröselmix** aus dem Mixtopf zugeben und unter Rühren rösten, bis die **Käsebrösel** goldbraun sind. Danach in eine kleine Schüssel umfüllen.



## 2 GEMÜSE BACKEN

**Tomatengemüse** mit 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl** und **Balsamicoessig** beträufeln und im Backofen ca. 20 Min. backen. Mixtopf spülen und trocknen. In einen großen Topf reichlich heißes Wasser geben, **salzen** und zum Kochen bringen. Wenn das Wasser kocht, **Pasta** ins kochende Wasser geben und ca. 12 Min. garen, bis sie bissfest ist. **Pasta** danach durch den Varoma-Behälter abgießen und zurück in den Topf geben. Während die **Pasta** kocht, mit dem Rezept fortfahren.



## 5 BRATEN & PÜRIEREN

Ca. 100 ml **Öl** in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze erwärmen. **Schnitzel** je Seite ca. 3 – 7 Min. darin braten, bis sie goldbraun sind. **Mozzarella** in ca. 1 cm große Stücke reißen. **Ofengemüse** nach der Backzeit mit dem **Sud** in den Mixtopf geben und schrittweise ansteigend **40 Sek./Stufe 5-7-8** pürieren. **Tomatensoße** nach Geschmack mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und je nach Geschmack **Chiliflocken** (**Achtung: scharf!**) zugeben und unterheben.



## 3 SCHNITZEL VORBEREITEN

**Schnitzel** etwas flacher klopfen und **salzen** und **pfeffern**. 3 tiefe Teller vorbereiten: Auf dem 1. Teller **Mehl** verteilen. Im 2. Teller 1 [2 | 2] **Ei** mit **Gewürzmischung „Hello Mediterraneo“**, **Salz** und **Pfeffer** verquirlen. Auf den 3. Teller 100 g [100 g | 200 g] **Semmelbrösel** geben. **Schnitzel** zuerst im **Mehl** wenden, dann durch das **Ei** ziehen und zuletzt rundherum mit **Semmelbröseln** panieren (diese gut andrücken).



## 6 ANRICHTEN

**Soße** mit dem **Rucola** zur **Pasta** geben und alles gut mischen. **Pasta** auf Teller verteilen, **Mozzarella** darübergeben und mit **Käsebröseln** und restlichem **Basilikum** toppen. **Schnitzel** dazu anrichten und genießen.

# GUTEN APPETIT!

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Kirschtomaten	200 g	300 g	400 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
rote Zwiebel ES	1	1	2
rote Chilischote NL   ES	1	1½	2
Basilikum/Oregano	20 g	20 g	20 g
Balsamicoessig 1) 11)	12 ml	12 ml	24 ml
Semmelbrösel 1)	125 g	125 g	250 g
Mozzarella (Bocconcino) 5)	1	2	2
geriebener Hartkäse 5)	20 g	20 g	40 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Tomate NL   BE	2	3	4
Penne 1)	250 g	375 g	500 g
milde Chiliflocken	2 g	2 g	2 g
Schweinelachssteaks	280 g	420 g	560 g
Gewürzmischung „Hello Mediterraneo“	2 g	4 g	4 g
Weizenmehl 1)	50 g	75 g	100 g
Eier* 2) für Schritt 4	1	2	2
Öl* für Schritt 2	2 EL	3 EL	4 EL
Öl* für Schritt 4	1 EL	1½ EL	2 EL
Öl* für Schritt 5			ca. 100 ml
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. 800 g)
Brennwert	929 kJ/222 kcal	7.491 kJ/1791 kcal
Fett	11 g	88 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	20 g
Kohlenhydrate	20 g	164 g
- davon Zucker	2 g	17 g
Eiweiß	10 g	79 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 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

### URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien NL: Niederlande BE: Belgien

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

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