



Tortellini mit Ricotta-Füllung,

Zucchini, Kirschtomaten und Kräuterfrischkäse



HELLO PETERSILIE

Unser regionales Superfood mit dem hohen Gehalt an Vitamin C ist auch bekannt unter den folgenden Namen: Peterli, Petergrün oder Peterling.



Tortellini
(mit Ricotta-Füllung)



Friskäse



Zucchini



Sonnenblumenkerne



Knoblauchzehe



Basilikum



Petersilie



Schnittlauch



Kirschtomaten

25 Minuten

Stufe 1

Veggie

Zeit sparen

leichter Genuss

Schnell und unkompliziert soll es heute sein? Dann haben wir hier genau das richtige Rezept für Dich! Unsere Tortellini-Pfanne wird Dir wirklich leicht von der Hand gehen. Außerdem wird Dich das Ofengemüse aus Zucchini, Kirschtomaten und Knoblauch mit seinem intensiven Aroma begeistern. Der cremig-frische Geschmack des selbst gemachten Kräuterfrischkäses rundet unsere kulinarische Komposition ab und verleiht dem Gericht das gewisse Etwas. Lass es Dir schmecken!

LOS GEHT'S

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **1 großen Topf**, **1 kleine Schüssel**, **1 große Schüssel**, **1 Sieb**, **1 kleine Pfanne** und **1 Knoblauchpresse**.



1 GEMÜSE VORBEREITEN

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

Knoblauch abziehen. Enden der **Zucchini** abschneiden und **Zucchini** in 0,5 cm dünne Scheiben schneiden. **Kirschtomaten** halbieren. Beides in eine große Schüssel geben, **Knoblauch** hinzupressen und mit **Ölivenöl***, 1 Prise **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.



4 SONNENBLUMENKERNE RÖSTEN

In einer kleinen Pfanne die **Sonnenblumenkerne** bei mittlerer Hitze langsam anrösten, bis sie ganz leicht anfangen zu bräunen und knuspriger werden.



2 GEMÜSE BACKEN

Gemüse auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im Ofen für 18 – 20 Min. backen, bis die **Zucchini** anfängt zu bräunen und die **Tomaten** fast wie geschmolzen sind.

WÄHRENDEDESSEN

Blätter von den **Kräutern** abzupfen. Ein Paar **Basilikumblätter** für die Dekoration beiseitelegen. **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. **Basilikum** und **Petersilie** fein hacken.



5 FÜR DIE PASTA

Tortellini in den letzten 3 – 4 Min. der **Gemüse**-Backzeit in das kochende **Wasser** geben und 3 – 4 Min. al dente kochen. **Tortellini** durch ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben. **Gemüse** und 2 EL [3 EL | 4 EL] **Kräuterfrischkäse** zu den **Tortellini** geben und alles vorsichtig vermengen.



3 FÜR DEN KRÄUTERFRISCHKÄSE

Einen großen Topf mit ausreichend **Wasser** für die **Tortellini** füllen, **salzen*** und aufkochen lassen. Währenddessen in einer kleinen Schüssel **Frischkäse** zusammen mit den geschnittenen **Kräutern** vermischen und ggf. mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 ANRICHTEN

Die heiße **Pasta** auf tiefen Tellern verteilen und mit einem Löffel kleine Kleckse vom restlichen **Kräuterfrischkäse** auf der **Pasta** verteilen. Mit **Sonnenblumenkernen** bestreuen und mit **Basilikum** dekorieren.

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Zucchini ES NL	1	2	2
Kirschtomaten	200 g	300 g	400 g
Basilikum/Petersilie/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Tortellini (mit Ricotta-Füllung) 1 2 5	400 g	600 g	800 g
Frischkäse 5	200 g	200 g	400 g
Sonnenblumenkerne	10 g	10 g	20 g
Olivenöl* für Schritt 1	2 EL	3 EL	4 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

☑ Beachte die benötigte Menge. Die geliefertete 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	721 kJ/172 kcal	3.843 kJ/919 kcal
Fett	9 g	48 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	22 g
Kohlenhydrate	17 g	93 g
– davon Zucker	2 g	10 g
Eiweiß	5 g	28 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!)

URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien **NL:** Niederlande

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

#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!

2019 | KW 18 | 7

HelloFRESH