

Mediterraner Nudelsalat mit Grillkäse

Ofenzucchini, Spinat und Basilikumdressing

Vegetarisch Family Thermomix hilft • 1098 kcal • Tag 3 kochen



-  Grillkäse Zypriotischer Art
-  Knoblauchzehe
-  Penne
-  Zucchini
-  Tomate
-  Basilikum
-  Oregano
-  rote Zwiebel
-  Basilikumpaste
-  Mayonnaise
-  Zitrone, gewachst
-  Joghurt
-  Babyspinat



Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Wasser*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier, 1 großer Topf, 1 Gemüseribe, 1 große Schüssel und 2 kleine Schüsseln

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Grillkäse Zypriotischer Art 7)	200 g	300 g**	400 g
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Penne 15)	270 g	360 g	500 g
Zucchini DE NL ES MA IT	1	2	2
Tomate NL ES BE PL MA	1	2	2
Basilikum/Oregano	10 g	10 g	10 g
rote Zwiebel DE	1	2	2
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	30 ml
Mayonnaise 8) 9)	17 ml	34 ml	34 ml
Zitrone, gewachst ES ZA AR	1	1	2
Joghurt 7)	75 g	100 g	150 g
Babyspinat	75 g	75 g	100 g

**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. 590 g)
Brennwert	777 kJ/186 kcal	4593 kJ/1098 kcal
Fett	8,85 g	52,32 g
– davon ges. Fettsäuren	3,48 g	20,59 g
Kohlenhydrate	18,38 g	108,73 g
– davon Zucker	2,63 g	15,54 g
Eiweiß	7,35 g	43,46 g
Salz	0,547 g	3,236 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 **9)** Senf **15)** Weizen (Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **BE:** Belgien **PL:** Polen **MA:** Marokko **IT:** Italien **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien



1 Gemüse backen

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

Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** längs halbieren und in 1 cm dünne Halbmonde schneiden.

Zwiebel abziehen und in dünne Streifen schneiden.

Zucchini und **Zwiebel** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. **Gemüse** auf der mittleren Schiene des Backofens für 15 – 20 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist.

Währenddessen fortfahren.



2 Grillkäse backen

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser*** füllen, **salzen*** und zum Kochen bringen.

Währenddessen Blätter vom **Oregano** abzupfen und grob hacken.

Grillkäse in ca. 3 cm große Würfel schneiden und in einer großen Schüssel mit **Oregano** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** vermischen. **Grillkäse** neben den **Zucchinischeiben** auf dem Backblech verteilen und für ca. 10 Min. mitbacken, bis der **Grillkäse** goldbraun ist.



3 Penne kochen

Penne ins kochende **Wasser** geben und 7 – 9 Min. bissfest garen. Anschließend durch den Varoma-Behälter abgießen und mit etwas kaltem **Wasser** abschrecken.

Währenddessen **Zitrone** heiß abwaschen und die Schale fein abreiben. **Zitrone** halbieren und in 6 [6 | 12] Spalten schneiden.

Knoblauch abziehen.

Basilikum mit Stielen in ca. 2 cm große Stücke schneiden.



4 Dressing zubereiten

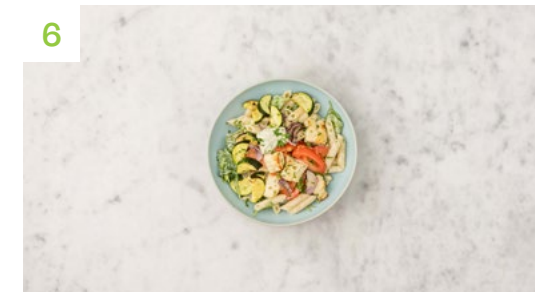
Basilikum in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern. Die Hälfte davon in eine kleine Schüssel umfüllen, den Rest mit dem Spatel nach unten schieben. **Knoblauch** in den Mixtopf zugeben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Joghurt**, **Basilikumpaste**, **Mayonnaise**, **Saft** von 2 [3 | 4] **Zitronenspalten**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben, **10 Sek./Stufe 4** vermischen und in eine kleine Schüssel umfüllen.



5 Kleinigkeiten

Tomate halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälften** in dünne Spalten schneiden.

Penne in die große Schüssel aus Schritt 2 geben und mit der Hälfte des **Dressings** und mit dem **Babyspinat** vermengen.



6 Anrichten

Pastasalat mit **Zitronenabrieb**, **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken und auf Teller verteilen.

Ofengemüse und **Tomatenspalten** dazu anrichten und mit **Grillkäsewürfeln** und restlichem **Basilikum** toppen. Mit restlichem **Dressing** und **Zitronenspalten** genießen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

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

