Cremige Hirtenkäse-Tomaten-Pasta mit Rucolasalat

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten

22

Vegetarisch | Klimaheld | unter 650 Kalorien | 30 – 40 Minuten • 638 kcal • Tag 3 kochen

frische Linguine

Hirtenkäse

Kirschtomatenpolpa

Basilikum

Rucola

Knoblauchzehe

Pinienkerne

Tomatenmark

Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“

Balsamicocreme

Natürlicher Geschmack
- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*, Honig*

Kochutensilien

1 großen Topf, 1 große Schüssel, 1 Sieb und 1 Auflaufform

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Linguine **15)**	250 g	375 g	500 g
Hirtenkäse **7)**	100 g	150 g	200 g
Kirschtomatenpolpa	400 g	600 g**	800 g
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Knoblauchzehe **ES**	1	2	2
Pinienkerne	10 g	20 g	20 g
Tomatenmark	70 g	105 g**	140 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	2 g	4 g	4 g
Balsamicocreme **14)**	12 g	18 g**	24 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. 450 g)
Brennwert	598 kJ/143 kcal	2671 kJ/638 kcal
Fett	3,82 g	17,07 g
– davon ges. Fettsäuren	1,28 g	5,71 g
Kohlenhydrate	20,24 g	90,37 g
– davon Zucker	3,85 g	17,20 g
Eiweiß	5,94 g	26,51 g
Salz	0,368 g	1,645 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)
14) Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: ES: Spanien

1

Kleine Vorbereitung

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

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Knoblauch fein hacken.

2

Für die Soße

Hirtenkäse in eine große Auflaufform bröseln. **Kirschtomatenpolpa**, **Tomatenmark**, **Knoblauch**, „**Hello Buon Appetito**“ und 1 TL [**1,5 TL | 2 TL**] **Honig*** dazugeben und untermischen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

0,5 EL [**0,75 EL |1,5 EL**] **Olivenöl*** darüber träufeln und im Ofen ca. 20 Min. backen, bis der **Käse** weich ist.

2 Min. vor Ende der Garzeit **Pinienkerne** neben die Auflaufform auf das Blech geben und mitbacken.

3

Für den Salat

Basilikumblätter grob hacken.

Rucola halbieren.

4

Pasta kochen

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser*** füllen, **salzen*** und aufkochen.

5 Min. vor Ende der Ofengarzeit **Linguine** in den Topf mit kochendem **Wasser*** geben und 3 – 4 Min. bissfest kochen.

Danach durch ein Sieb abgießen, dabei 50 ml [**75 ml | 100 ml**] **Kochwasser** auffangen.

Auflaufform aus dem Ofen holen, **Linguine** hineingeben und gut durchmischen.

Evtl. schluckweise aufgefangenes **Kochwasser** dazugeben. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

5

Salat fertigstellen

In einer großen Schüssel **Balsamicocreme**, 1 EL [**1,5 EL | 2 EL**] **Olivenöl*** und 1 EL [**1,5 EL | 2 EL**] **Wasser*** verrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Rucola, **Basilikum** und **Pinienkerne** untermischen.

6

Anrichten

Feta-Tomaten-Pasta auf Teller verteilen und mit **Rucola-Salat** toppen.

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