

Paccheri mit Pistazien-Gremolata in zitroniger Sahnesoße, dazu Zucchini

Zeit Sparen Vegetarisch 15 – 25 Minuten • 780 kcal • Tag 5 kochen

29



frische Paccheri



Zucchini



Rosmarin, getrocknet



Knoblauchzehe



Zitrone, gewaschen



Kochsahne



Pistazien



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gemüsebrühpulver



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz*, Pfeffer*, Olivenöl*, Wasser*

Kochutensilien

1 Knoblauchpresse, 1 Gemüsereibe, 1 große Pfanne, 1 großer Topf, Messbecher, 1 Sieb und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Paccheri 15)	250 g	375 g	500 g
Zucchini NL ES BE MA IT	1	2	2
Rosmarin, getrocknet	2 g**	3 g**	4 g
Knoblauchzehe ES	1	1,5**	2
Zitrone, gewachst ES ZA AR TR CL EG	1	1	1
Kochsahne 7)	225 g**	300 g	375 g**
Pistazien 28)	10 g	20 g	20 g
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Gemüsebrühpulver 10)	4 g	6 g	8 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. 430 g)
Brennwert	754 kJ/180 kcal	3262 kJ/780 kcal
Fett	8,6 g	37,4 g
– davon ges. Fettsäuren	3,9 g	17 g
Kohlenhydrate	19,1 g	82,7 g
– davon Zucker	2,8 g	12 g
Eiweiß	3,3 g	14,1 g
Salz	0,45 g	1,95 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 **28)** Pistazien

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

Ursprungsländer: **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **BE:** Belgien **MA:** Marokko **IT:** Italien **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien **TR:** Türkei **CL:** Chile **EG:** Ägypten



Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

In einen großen Topf kochendes **Wasser*** füllen, **salzen*** und aufkochen lassen.

Zucchini in ca. 5 cm lange und 1 cm breite Stifte schneiden.

Knoblauch abziehen.

Zitrone heiß waschen und die Schale fein abreiben.

Zitrone in 4 Spalten schneiden.



Für die Gremolata

In einer großen Pfanne ohne Fettzugabe **Pistazien** 1 – 2 Min. rösten, herausnehmen und fein hacken.

Knoblauch in eine kleine Schüssel pressen.

Die Hälfte [drei Viertel | alle] **Rosmarinnadeln**, **Pistazien**, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zitronenabrieb**, **Soft** aus 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** dazugeben und alles vermengen.



Nudeln kochen

Paccheri in das kochende **Wasser** geben und für 3 – 5 Min. bissfest garen.

Währenddessen in der großen Pfanne aus Schritt 2 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** erhitzen. **Zucchini** darin 3 – 5 Min. anbraten.



Ablöschen

Paccheri nach der Garzeit durch ein Sieb abgießen und dabei 50 ml [75 ml | 100 ml] **Pastawasser*** auffangen.

Zucchini mit dem **Pastawasser*** und **Soft** aus 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte** ablöschen.



Soße kochen

Gemüsebrühe, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zitronenabrieb**, **Kochsahne** und die Hälfte des **geriebenen Hartkäses** in die Pfanne geben und 2 – 3 Min. unter Rühren einköcheln.

Paccheri in die Pfanne geben und 1 Min. mitkochen lassen. Nach Belieben mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Paccheri mit der **Soße** auf Tellern anrichten und mit restlichem **Hartkäse** und der **Pistazien-Zitronen-Gremolata** 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>

