



BLITZSCHNELLE PASTA NACH CARBONARA-ART

mit Brokkoli, Kirschtomaten und Bacon

EASY
ALLTAG



Sahne



Gemüsebrühe



Brokkoli



Kirschtomaten



Bacon (Scheiben)



Hartkäse ital. Art



frische Linguine



Kartoffelstärke

Mahl Zeit zum RätseIn!



Pasta Carbonara – auch für Dich ein Lieblingsessen? Dann freu Dich auf dieses leckere Rezept in der HelloFresh Variante mit Bacon, Brokkoli und Kirschtomaten. Natürlich schmeckt dieses Gericht genauso gut wie das Original aus Italien. Wie viele verschiedene Nudelgerichte aus Italien kennt Ihr eigentlich noch so? Überlegt am Esstisch und zählt mal auf!

15 [20] Min.

25 [25] Min.

Stufe 1

Thermomix kocht

Tag 1 - 3 kochen

thermomix



MARCOS TIPPS FÜR KIDS

Ihr könnt den Varoma-Behälter ins Spülbecken einhängen und ihn dann bequem als großes Nudelsieb benutzen.

Wenn Eure Kinder keine rohen **Tomaten** mögen, ist das bei diesem Rezept kein Problem. Kocht einfach die **Tomaten** in der **Soße** mit, dann werden sie schön weich und geben der **Soße** noch das gewisse Etwas.



3 PASTA & BROKKOLI KOCHEN
Pasta und **Brokkoliröschen** ins kochende **Wasser** geben und alles für 4 – 5 Min bissfest garen. Währenddessen die **Kirschtomaten** halbieren. Thermomix® erneut programmieren: **3 Min./98 °C/☞/Stufe 3**. **Wasser** und **Stärke** nochmals verrühren, Messbecher abnehmen und **Wasser-Stärke-Mischung** durch die Deckelöffnung in den Mixtopf geben. Danach den Messbecher wieder aufsetzen und zu Ende kochen.

LOS GEHT'S

Wascht das **Gemüse** ab.
 Erhitzt Wasser im **Wasserkocher**.
 Neben dem **Thermomix®** benötigt Ihr **1 großen Topf** und **2 kleine Schüsseln**.



1 VORBEREITEN
 Reichlich heißes **Wasser** in einen großen Topf füllen, **salzen*** und zum Kochen bringen. **Hartkäse** halbieren, in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 10** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen. **Bacon** in dünne Streifen schneiden, in den Mixtopf geben und **4 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dünsten. Währenddessen **Brokkoli** in mundgerechte Röschen brechen oder schneiden.



4 PASTA IST FERTIG
Pasta und **Brokkoli** durch den Varoma-Behälter abgießen und in den großen Topf zurückgeben. Die **Hälfte** des zerkleinerten **Hartkäses** darüberstreuen. **Sahnesoße** abschmecken. Eventuell noch etwas **Wasser** zugeben, falls die **Soße** zu dickflüssig ist. **Sahne-Soße** aus dem Mixtopf über die **Pasta** gießen, alles gut vermengen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



2 CARBONARA-SOSSE KOCHEN
Sahne, Gemüsebrühe, Salz* und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben und **6 Min./98 °C/☞/Stufe 1,5** kochen. Währenddessen **Kartoffelstärke** und **Wasser*** in eine kleine Schüssel füllen, miteinander verrühren und mit dem Rezept fortfahren.



5 ANRICHTEN
Pasta in tiefen Tellern verteilen und mit **Kirschtomatenhälften** und restlichem zerkleinerten **Hartkäse** bestreut genießen.

3 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	3P	4P
Hartkäse ital. Art 2) 5)	60 g	80 g
Bacon (Scheiben)	120 g	160 g
Brokkoli	375 g ☞	500 g
Sahne 5)	300 ml ☞	400 ml
Gemüsebrühe	6 g	8 g
Kirschtomaten	200 g	300 g
Kartoffelstärke	8 g	12 g
frische Linguine 1) 2)	375 g	500 g
Wasser* für Schritt 2	75 ml	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. 500 g)
Brennwert	607 kJ/145 kcal	3.128 kJ/748 kcal
Fett	7 g	35 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	18 g
Kohlenhydrate	14 g	74 g
– davon Zucker	2 g	10 g
Eiweiß	7 g	33 g
Ballaststoffe	2 g	11 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!)

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

f i y p #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