



BLITZSCHNELLE PILZ-TORTELLINI-PFANNE

in cremiger Soße mit Kirschtomaten und Zucchini



HELLO FENCHELSAMEN

Traditionell werden Fenchelsamen im Sommer reif (zum Trocknen für den späteren Verbrauch) und unreif (für den sofortigen Verzehr) geerntet.



Tortellini mit Pilzfüllung



Zucchini



Schmand



Schalotte



Hartkäse ital. Art



Petersilie



Kirschtomaten



Gewürzmischung "Tortellini"



25 Minuten

Stufe 1

Veggie

Zeit sparen

Schnell, unkompliziert und **ballaststoffreich** soll es heute sein? Dann haben wir hier genau das richtige Rezept für Dich! Unsere Pilz-Tortellini-Pfanne wird Dir wirklich schnell von der Hand gehen. Außerdem werden Dich die Fenchelsamen mit ihrem einzigartigen Aroma begeistern. Der würzige, leicht pikante Geschmack rundet unsere kulinarische Komposition ab und verleiht dem Gericht das gewisse Etwas! Lass es Dir schmecken.

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 große Pfanne**, **1 großen Topf**, eine **Gemüsereibe** und ein **Sieb**.



1 VORBEREITUNG

Erhitze reichlich Wasser im **Wasserkocher**.

Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** längs vierteln und in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Schalotte abziehen und in feine Ringe schneiden. **Kirschtomaten** halbieren.

Hartkäse fein reiben.

Blätter der **Petersilie** abzupfen (einige Blätter zur Dekoration beiseitelegen) und fein hacken.



4 SOSSE ZUBEREITEN

Schmand, die **Hälfte** des geriebenen **Hartkäses** und **Kochwasser*** in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze 1 – 2 Min. einköcheln lassen.

Mit **Salz***, **Pfeffer*** und der gehackten **Petersilie** abschmecken.



2 GEMÜSE ANBRATEN

In einer großen Pfanne **Öl*** auf hoher Stufe erhitzen und **Zuchinischeiben**, **Schalottenringe** und **Gewürzmischung (scharf!)** darin 5 – 7 Min. anbraten.

Kirschtomatenhälften zufügen, Hitze reduzieren und 4 – 5 Min. weiterköcheln lassen.



5 ALLES VERMENGEN

Tortellini vorsichtig unter die **Soße** heben und 1 – 2 Min. weiterköcheln lassen, bis die **Soße** etwas eingedickt ist.



3 TORTELLINI GAREN

Währenddessen in einen großen Topf reichlich kochendes **Wasser*** füllen, leicht **salzen*** und einmal aufkochen lassen.

Tortellini darin 5 – 7 Min. bissfest garen.

Anschließend in ein Sieb abgießen, dabei **Kochwasser*** auffangen.



6 ANRICHTEN

Tortellinipfanne auf Teller verteilen, mit restlichem **Hartkäse** und **Petersilienblättern** bestreuen und genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zucchini BE PL	1	2	2
Schalotte DE	1	1	2
Kirschtomaten	150 g	200 g	300 g
Hartkäse ital. Art 2) 5)	20 g	40 g	40 g
Petersilie	20 g	20 g	20 g
Gewürzmischung "Tortellini"	2 g	4 g	4 g
Tortellini mit Pilzfüllung 1) 2) 5)	400 g	600 g	800 g
Schmand 5)	150 g	300 g	300 g
Öl*	½ EL	¾ EL	1 EL
Kochwasser*	50 ml	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	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	784 kJ/187 kcal	4123 kJ/986 kcal
Fett	10 g	53 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	20 g
Kohlenhydrate	19 g	101 g
– davon Zucker	2 g	9 g
Eiweiß	5 g	26 g
Ballaststoffe	2 g	9 g
Salz	0 g	1 g

ALLERGENE

1) Weizen 2) Eier 5) Milch

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

URSPRUNGLÄNDER

BE: Belgien, **DE:** Deutschland, **PL:** Polen

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

[f](#) [@](#) [▶](#) [p](#) #HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

GUTEN APPETIT!