



# ITALIENISCHE PASTA-BOWL MIT BURRATA,

selbst gemachtem Antipasti-Gemüse & Basilikumpesto



## HELLO BURRATA

Burrata ist eine der Käsespezialitäten aus Italien. Die feste Hülle reift in einer Salzlake, der Kern bleibt dabei jedoch cremig und mild.



geriebener Hartkäse



Burrata



Kirschtomaten



Zucchini



rote Spitzpaprika



Penne



Balsamicreme



Cashewkerne



Basilikumpaste



Basilikum



Knoblauchzehe

30-40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 1

Zeit sparen

Veggie

Dass Bowl-Rezepte auf wirklich jede Küche passen, zeigt sich in unserem heutigen Rezept: Eine italienischen Bowl mit kurzen Penne, cremigem Burrata-Käse, einem frisch-herzhaften Basilikumpesto mit Knoblauch und selbst gemachten Antipasti. Die marinierten Kirschtomaten bringen sommerliche Frische ins Spiel. Mit wenigen Handgriffen kommt so ein perfektes Abendessen in der Sonne zustande. Wir wünschen Dir guten Appetit!

# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **1 großen Topf**, **1 hohes Rührgefäß**, **1 Pürierstab**, **1 kleine Schüssel**, **1 Sieb** und **1 große Schüssel**.



## 1 ZU BEGINN

Erhitze reichlich Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.

Enden der **Zucchini** abschneiden und **Zucchini** schräg in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

**Spitzpaprika** halbieren, Strunk und Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm breite Streifen schneiden.

**Knoblauch** mithilfe eines Messerrückens andrücken, bis die Schale sich etwas löst.



## 4 FÜR DAS PESTO

**Knoblauch** aus dem Ofengemüse entfernen und abziehen.

In einem hohen Rührgefäß **Cashewkerne**, **Knoblauch**, **Hartkäse**, **Basilikumstiele** und **-blätter**, **Basilikumpaste**, 5 EL [7 EL | 10 EL] **Öl\*** und 4 EL [6 EL | 8 EL] **Wasser\*** mit einem Pürierstab zu einem feinen **Pesto** verarbeiten. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

## 2 GEMÜSE BACKEN

**Zucchinischeiben**, **Paprikastreifen** und **Knoblauch** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und 10 – 15 Min. backen.

In einen großen Topf reichlich heißes Wasser füllen, **salzen\*** und einmal aufkochen lassen. **Penne** darin je nach Vorliebe 10 – 12 Min. garen.



## 5 GEMÜSE UND PASTA VOLLENDEN

Gebackenes **Gemüse** in eine große Schüssel geben, **Balsamicocreme** unterrühren.

**Penne** nach der Garzeit in ein Sieb abgießen und gleich zurück in den Topf geben. Die **Hälfte** des **Pestos** dazugeben und alles gut mischen.

## 3 TOMATENSALAT ZUBEREITEN

**Kirschtomaten** halbieren.

Kleine **Basilikumblätter** abzupfen.

Restliche **Basilikumblätter** und **-stiele** beiseitestellen.

In einer kleinen Schüssel **Kirschtomaten**

und kleine **Basilikumblätter** mit 1 EL

[1½ EL | 2 EL] **Olivenöl\***, 1 TL [1½ TL | 2 TL]

**Balsamicoessig\*** und 1 Prise **Zucker\*** mischen und marinieren lassen.



## 6 ANRICHTEN

**Penne** auf tiefe Teller verteilen. **Antipasti-Gemüse** und **Tomatensalat** dazu anrichten.

**Burrata** halbieren und je eine **Burratahälfte** in die Mitte der Bowl setzen. **Burrata** mit ein wenig **Olivenöl\*** beträufeln und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen. **Pasta-Bowl** mit restlichem **Pesto** genießen.

**Guten Appetit!**

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zucchini BE   NL	1	1	2
rote Spitzpaprika BE   NL	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Penne 1)	250 g	375g	500 g
Kirschtomaten	150 g	200 g	300 g
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Cashewkerne 7)	20 g	20 g	20 g
geriebener Hartkäse 5)	20 g	20 g	40 g
Basilikumpaste	15 ml	15 ml	24 ml
Balsamicocreme 1) 11)	12 ml	12 ml	24 ml
Burrata 5)	1	2	2
Olivenöl* für Schritt 2 und 3	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Balsamicoessig* 1) 11) für Schritt 3	1 TL	1½ TL	2 TL
Öl* für Schritt 4	5 EL	7 EL	10 EL
Wasser* für Schritt 4	4 EL	6 EL	8 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	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	887 kJ/212 kcal	4.581 kJ/1.095 kcal
Fett	11 g	59 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	17 g
Kohlenhydrate	21 g	107 g
- davon Zucker	3 g	15 g
Eiweiß	6 g	30 g
Salz	1 g	1 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 5) Milch 7) Schalenfrüchte  
11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

### URSPRUNGLÄNDER

BE: Belgien NL: Niederlande ES: Spanien

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



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellowfresh.de  
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellowfresh.at