

Mediterraner Nudelsalat mit Grillkäse

Ofenzucchini, Spinat und Basilikumdressing

Vegetarisch Family 30 – 40 Minuten • 1096 kcal • Tag 3 kochen

6



Grillkäse Zypriotischer Art



Knoblauchzehe



Penne



Zucchini



Tomate



Petersilie glatt



Zitronenthymian



rote Zwiebel



Basilikumpaste



Mayonnaise



Zitrone, gewachst



Joghurt



Babypinac



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

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Öl*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 großen Topf mit Deckel,
1 große Schüssel, 1 kleine Schüssel, 1 Sieb und
1 Gemüseriebe

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Grillkäse Zypriotischer Art 7)	200 g	300 g**	400 g
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Penne 15)	270 g	360 g	500 g
Zucchini NL ES MA	1	2	2
Tomate NL ES MA	1	2	2
Petersilie glatt/ Zitronenthymian	10 g	10 g	10 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	30 ml
Mayonnaise 8) 9)	17 ml	34 ml	34 ml
Zitrone, gewachst ZA ES AR	1	1	2
Joghurt 7)	75 g	100 g	150 g
Babypinac	75 g	75 g	100 g
Öl*	Angaben im Text		
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. 590 g)
Brennwert	775 kJ/185 kcal	4584 kJ/ 1096 kcal
Fett	8,84 g	52,29 g
– davon ges. Fettsäuren	3,47 g	20,52 g
Kohlenhydrate	18,37 g	108,66 g
– davon Zucker	2,59 g	15,30 g
Eiweiß	7,31 g	43,25 g
Salz	0,549 g	3,246 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 **9)** Senf **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko **EG:** Ägypten **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien



1 Gemüse backen

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

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** längs halbieren und in 1 cm dünne Halbmonde schneiden.

Zwiebel abziehen und in dünne Streifen schneiden.

Zucchini und **Zwiebel** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Gemüse auf der mittleren Schiene im Backofen für 15 – 20 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist.



2 Grillkäse backen

Blätter vom **Zitronenthymian** abzupfen und grob hacken.

Grillkäse in ca. 3 cm große Würfel schneiden und in einer großen Schüssel mit **Zitronenthymian** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** vermischen.

Grillkäse in den letzten 10 Min. der Gemüse-Backzeit mit auf das Backblech geben und mitbacken, bis der **Grillkäse** goldbraun ist.



3 Penne kochen

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

Penne darin 7 – 9 Min. bissfest garen.

Anschließend in ein Sieb gießen und ein wenig mit kaltem **Wasser** abschrecken.



4 Tomaten zubereiten

Zitrone heiß abwaschen und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] der Schale fein abreiben.

Zitrone halbieren und in 6 [6 | 12] Spalten schneiden.

Tomate halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälften** in dünne Spalten schneiden.

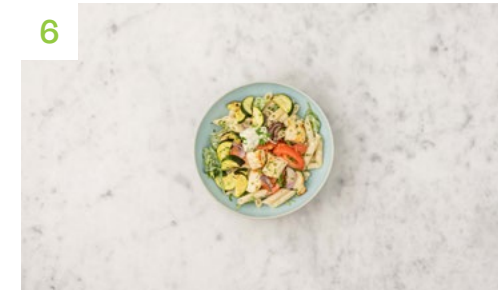


5 Dressing zubereiten

Knoblauch abziehen.

Petersilie fein hacken.

Joghurt in eine kleine Schüssel geben, **Knoblauch** dazupressen, **Basilikumpaste**, **Mayonnaise**, Hälfte der **Petersilie** und **Saft** von 2 [3 | 4] **Zitronenspalten** zugeben, verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 Anrichten

In der großen Schüssel aus Schritt 2 **Penne** mit der Hälfte des **Dressings**, **Zitronenabrieb** und **Babypinac** vermengen.

Pastasalat mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken und auf Teller verteilen.

Ofengemüse und **Tomatensalat** dazu anrichten und mit **Grillkäsewürfeln** und restlicher **Petersilie** toppen. Mit restlichem **Dressing** und **Zitronenspalten** genießen.

Guten Appetit!