Mini-Conchiglie mit Baconstreifen
und Babyspinat in Champignonrahmsoße

26

Family | One-Pot-Gericht | 25 – 30 Minuten • 3018 kJ/721 kcal • Tag 3 kochen

Conchiglie (vorgekocht)

Bacon (Streifen)

Champignons

Kochsahne

Hühnerbrühe

Babyspinat

Zwiebel

geriebener Hartkäse

rote Chilischote

Knoblauchzehe

Natürlicher Geschmack
- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben
Salz*, Pfeffer*, Wasser*, Öl*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 großen Topf und 1 Messbecher

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Conchiglie (vorgekocht) **15)**	400 g	600 g	800 g
Bacon (Streifen)	80 g	100 g	160 g
Champignons	150 g	225 g	300 g
Kochsahne **7)**	200 g	300 g	400 g
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Babyspinat	50 g	75 g	100 g
Zwiebel **DE** | **NL** | **NZ**	1	1	2
geriebener Hartkäse **7) 8)**	20 g	40 g	40 g
rote Chilischote **NL** | **MA** | **ES**	1	1	1
Knoblauchzehe **ES**	1	1	2
Wasser*, 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. 570 g)
Brennwert	532 kJ/127 kcal	3018 kJ/721 kcal
Fett	6,01 g	34,08 g
– davon ges. Fettsäuren	2,92 g	16,56 g
Kohlenhydrate	12,82 g	72,77 g
– davon Zucker	1,58 g	8,95 g
Eiweiß	4,89 g	27,73 g
Salz	0,453 g	2,571 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.

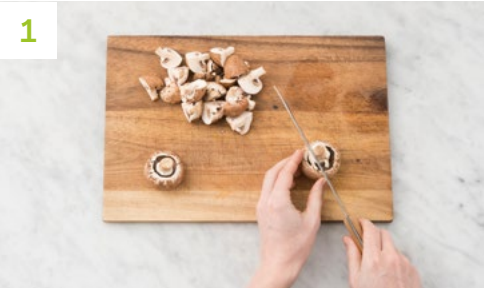
Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko **NZ:** Neuseeland

2022-W30

1



Kleine Vorbereitung

Erhitze 100 ml [**150 ml** | **200 ml**] **Wasser** im Wasserkocher.

Champignons vierteln.

Zwiebel und **Knoblauch** abziehen und fein hacken.

Chili halbieren, entkernen und **Chilihälften** in Streifen schneiden **(Achtung: scharf!)**.

2

Zutaten anbraten

1 EL [**1,5 EL** | **2 EL**] **Öl*** in einem großen Topf erhitzen. **Bacon**, **Champignons**, gehackten **Knoblauch** und **Zwiebeln** dazugeben und 2 – 3 Min. anbraten.

3

Zutaten vorkochen

Topfinhalt mit 100 ml [**150 ml** | **200 ml**] **Wasser*** ablöschen, Hitze reduzieren und offen ca. 5 Min. köcheln lassen.

4

Für die Soße

Topfinhalt mit **Hühnerbrühpulver** und **Kochsahne** ablöschen und alles 1 – 2 Min. weiterköcheln lassen, bis die **Soße** leicht dickflüssig geworden ist.

5

Pasta hinzufügen

Vorgekochte **Pasta**, **Babyspinat** und die Hälfte des geriebenen **Hartkäses** hinzugeben und alles 1 – 3 Min. weiterköcheln lassen.

Pasta mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

6

Anrichten

Pasta auf tiefen Tellern anrichten, mit **Chili** und restlichem **Hartkäse** toppen und genießen.

Guten Appetit!

Chilischote

Geh behutsam bei der Dosierung um, da unsere Chilischote im Schärfegrad variieren kann. Gegen Capsaicin, den scharfen Wirkstoff in Chilischoten, helfen fettlösliche Lebensmittel wie Milch und Käse.

Für mehr Essensfreu(n)de:
Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
http://www.hellofresh.de/freunde