



ITALIENISCHE PASTA-BOWL MIT BÜFFELMOZZARELLA, selbst gemachtem Antipasti-Gemüse & Basilikum-Pesto

SPECIAL



geriebener Hartkäse



Büffelmozzarella D.O.P.



Kirschtomaten



Zucchini



rote Spitzpaprika



Penne



Balsamicreame



Cashewkerne



Basilikumpaste



Basilikum



Knoblauchzehe

25 [25 | 30] Min. 30 [35 | 35] Min.

Stufe 1

Thermomix hilft

Veggie

thermomix

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.
 Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Untehitze (**180 °C** Umluft) vor.
 Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier** und **1 großen Topf**.



1 GEMÜSE SCHNEIDEN

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.

Zuchinscheiben und **Paprikastreifen** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.



2 GEMÜSE BACKEN

Gemüse mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. **Knoblauch** mit aufs Blech legen und alles 10 – 15 Min. backen.

Währenddessen in einen großen Topf reichlich heißes Wasser füllen, **salzen***, zum Kochen bringen und mit dem Rezept fortfahren.



3 FÜR DEN TOMATENSALAT

Kirschtomaten halbieren.

Kleine **Basilikumblätter** abzupfen. Restliche **Basilikumblätter** und **-Stiele** beiseitelegen.

In einer kleinen Schüssel **Kirschtomaten**, und kleine **Basilikumblätter** mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl***, 1 TL [1 TL | 2 TL] **Balsamicoessig*** und 1 Prise **Zucker*** vermischen und kurz marinieren lassen.

Penne ins kochende Wasser geben und 10 – 12 Min. bissfest garen.



4 FÜR DAS PESTO

Knoblauch aus dem Ofen holen und abziehen. Große **Basilikumblätter** mit Stielen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden und in den Mixtopf geben. **Hartkäse**, **Knoblauch** und **Cashewkerne** zugeben, **8 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Basilikumpaste**, 50 g [70 g | 80 g] **Öl***, 30 g [45 g | 60 g] **Wasser***, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und **15 Sek./Stufe 4** zu einem **Pesto** verrühren.



5 FERTIGSTELLEN

Gebackenes Gemüse in eine große Schüssel geben, **Balsamicocreme** zugeben und unterrühren.
Penne nach der Garzeit durch den Varoma-Behälter abgießen und zurück in den Topf geben. Die **Hälfte** des **Pestos** dazugeben und alles gut miteinander mischen.



6 ANRICHTEN

Penne auf tiefe Teller verteilen. **Antipasti-Gemüse** und **Tomatensalat** dazu anrichten. **Büffelmozzarella** halbieren und je eine Hälfte in die Mitte der Bowl setzen. **Büffelmozzarella** mit ein wenig **Olivenöl*** beträufeln und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. **Pasta-Bowl** mit restlichem **Pesto** genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zucchini ES	1	1	2
rote Spitzpaprika ES	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Penne 1)	250g	375g	500g
Kirschtomaten	150g	200g	300g
Basilikum	10g	10g	10g
Cashewkerne 7)	20g	30g	40g
geriebener Hartkäse 5)	20g	20g	40g
Basilikumpaste	15ml	15ml	24ml
Balsamicocreme 1) 11)	12ml	12ml	24ml
Büffelmozzarella D.O.P. 5)	1	1½	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	50g	70g	80g
Wasser* für Schritt 4	30g	45g	60g
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	910 kJ/218 kcal	4.657 kJ/1.113 kcal
Fett	11,84 g	60,54 g
- davon ges. Fettsäuren	3,48 g	17,82 g
Kohlenhydrate	20,84 g	106,60 g
- davon Zucker	2,70 g	13,80 g
Eiweiß	6,57 g	33,61 g
Salz	0,231 g	1,182 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!)

URSPRUNGSLÄNDER

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@hellofresh.de
 AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!