

Pasta nach Carbonara Art mit Bacon Brokkoli und Kirschtomaten

Family Thermomix kocht • 747 kcal • Tag 5 kochen

5



frische Linguine



Bacon (Scheiben)



Brokkoli



Kirschtomaten



Kochsahne



Hühnerbrühe



geriebener Hartkäse



Maisstärke



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

thermomix

🕒 10 [15 | 20] Min.

🕒 25 [25 | 25] Min.

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten

Wasser*, Salz*, Pfeffer*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 großer Topf und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Linguine 15)	250 g	375 g	500 g
Bacon (Scheiben)	100 g	125 g	200 g
Brokkoli IT ES	250 g	375 g**	500 g
Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Kochsahne 7)	150 g	225 g**	300 g
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
geriebener Hartkäse 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Maisstärke	6 g	8 g	12 g

**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	624 kJ/149 kcal	3126 kJ/747 kcal
Fett	6,19 g	31,02 g
– davon ges. Fettsäuren	3,57 g	17,89 g
Kohlenhydrate	16,39 g	82,13 g
– davon Zucker	2,35 g	11,77 g
Eiweiß	6,51 g	32,61 g
Salz	0,580 g	2,905 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: **IT:** Italien **ES:** Spanien



Vorbereiten

Reichlich **Wasser*** in einen großen Topf füllen, **salzen*** und zum Kochen bringen.

Bacon in dünne Streifen schneiden, in den Mixtopf geben und **4 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dünsten.

Währenddessen **Brokkoli** in mundgerechte **Röschen** brechen oder schneiden.



Pasta ist fertig

Pasta und **Brokkoli** durch den Varoma-Behälter abgießen und in den großen Topf zurückgeben. Die Hälfte des **Hartkäses** darüberstreuen.



Carbonara-Soße kochen

Sahne, **Hühnerbrühe**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben und **6 Min./98 °C/☞/Stufe 1,5** kochen.

Währenddessen **Maisstärke** und 75 ml [100 ml | 150 ml] **Wasser*** in eine kleine Schüssel füllen, miteinander verrühren und mit dem Rezept fortfahren.



Pasta vollenden

Sahnesoße mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. Sollte Dir die **Soße** zu dickflüssig sein, gib noch etwas **Wasser*** dazu. **Sahnesoße** aus dem Mixtopf über die **Pasta** gießen, alles gut vermengen und eventuell mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Pasta & Brokkoli kochen

Pasta und **Brokkoliröschen** ins kochende **Wasser** geben und alles für 4 – 5 Min. bissfest garen.

Währenddessen **Kirschtomaten** halbieren.

Thermomix® erneut programmieren:

3 Min./98 °C/☞/Stufe 3. **Wasser** und **Stärke** nochmals miteinander verrühren, Messbecherdeckel abnehmen und **Wasser-Stärke-Mischung** durch die Deckelöffnung in den Mixtopf zugeben. Danach den Messbecher wieder aufsetzen und zu Ende kochen.



Anrichten

Pasta in tiefen Tellern verteilen und mit **Kirschtomatenhälften** und restlichem **geraspeltem Hartkäse** bestreut genießen.

Guten Appetit!

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

