

Rigatoni alla Norma! mit extra Salsiccia

Sizilianisches Pastagericht mit gebackener Aubergine

Viel Gemüse 40 – 50 Minuten • 5135 kJ/1227 kcal • Tag 5 kochen

11

HELLO EXTRA



Aubergine



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Rigatoni



Hartkäse geraspelt



Basilikum



Oregano



Pinienkerne



stückige Tomaten



Gewürzmischung „Hello Paprika“



Worcester Sauce



Tomate



Salsiccia



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

Gut im Haus zu haben

Öl*, Pfeffer*, Salz*, Zucker*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 großen Topf,
1 große Pfanne, 1 Knoblauchpresse, 1 Messbecher, 1 Sieb
und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Aubergine NL ES	2	3	4
rote Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Rigatoni 15)	270 g	360 g	540 g
Hartkäse geraspelt 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Basilikum/Oregano	10 g	10 g	10 g
Pinienkerne	10 g	20 g	20 g
stückige Tomaten	390 g	585 g**	780 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	4 g	6 g	8 g
Worcester Sauce	8 ml	8 ml	16 ml
Tomate DE	1	2	2
Salsiccia	200 g	300 g	400 g
Öl*, Zucker*	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. 810 g)
Brennwert	634 kJ/151 kcal	5135 kJ/ 1227 kcal
Fett	7,51 g	60,88 g
– davon ges. Fettsäuren	2,23 g	18,06 g
Kohlenhydrate	14,90 g	120,74 g
– davon Zucker	2,99 g	24,20 g
Eiweiß	5,73 g	46,41 g
Salz	0,525 g	4,259 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 **EG:** Ägypten
ES: Spanien



Aubergine backen

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

Strunk der **Aubergine** entfernen, **Aubergine**
längs halbieren und Hälften quer in 1 cm dünne
Halbmonde schneiden.

Auberginenstücke in einer großen Schüssel mit
4 EL [6 EL | 8 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** marinieren.

Haut der **Salsiccia** nach Belieben abziehen und
Salsiccia in ca. 1 cm große Stücke schneiden.

Auberginenstücke auf einem mit Backpapier
belegten Backblech verteilen, **Salsiccia** daneben
verteilen und alles im vorgeheizten Ofen für
25 – 30 Min. goldbraun backen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren



Soße starten

In der großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***
erhitzen.

Tipp: Benutze am besten 2 Pfannen für
3 und 4 Personen.

Zwiebel hinzufügen, **Knoblauch** dazu pressen und
beides farblos 2 – 3 Min. anschwitzen.

Pfanneninhalte mit **stückigen Tomaten**,
Tomatenwürfel, gehacktem **Oregano**, „**Hello**
Paprika“ und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker***
ablöschen. 4 – 5 min. kochen und danach und kurz
beiseitestellen.



Währenddessen

Zwiebel halbieren, abziehen und fein würfeln.

Knoblauchzehe abziehen.

Tomate halbieren, Strunk entfernen und grob
würfeln.



Pasta kochen

Im großen Topf **Rigatoni** nach Belieben 9 – 11 Min.
bissfest kochen.

Anschließend **Pasta** durch ein Sieb abgießen,
dabei 150 ml [225 ml | 300 ml] vom **Kochwasser**
auffangen.

Gekochte **Pasta**, abgemessenes **Kochwasser**,
Worcester Sauce, **Auberginenstücke**, **Salsiccia**
und die Hälfte des **Hartkäses** zur **Soße** in die große
Pfanne geben und unter Rühren 2 – 3 min. kochen.

Alles mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Pinienkerne rösten

Blätter vom **Oregano** und **Basilikum** abzupfen und
getrennt voneinander fein hacken.

Pinienkerne in einer großen Pfanne 2 – 3 Min.
rösten, bis sie ganz leicht gebräunt sind.

Pinienkerne aus der Pfanne nehmen und
beiseitestellen.

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



Anrichten

Fertige **Pasta** auf tiefe Teller verteilen und nach
Belieben mit restlichem **Hartkäse**, **Basilikum** und
Pinienkernen bestreuen.

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>

