Spaghetti al Limone!

Zitronige Pasta mit Brokkolini und Käsebröseln

Vegetarisch | Family | Thermomix kocht • 875 kcal • Tag 5 kochen

7

Spaghetti

Brokkolini (Bimi)

geriebener Hartkäse

Gemüsebrühe

Kochsahne

Knoblauchzehe

Zitrone, gewachst

Petersilie glatt

Zitronenthymian

Hartkäse geraspelt

Panko-Mehl

milde Chiliflocken

Schalotte

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

thermomix

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

Los geht's

Wasche Kräuter und Gemüse ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Butter*, Wasser*, Salz*, Pfeffer*, Öl*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 großer Topf, 1 kleine Pfanne, 1 Gemüsereibe und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Spaghetti **15)**	270 g	360 g	500 g
Brokkolini (Bimi)	200 g	300 g	400 g
geriebener Hartkäse **7) 8)**	20 g	20 g	40 g
Gemüsebrühe **10)**	6 g	8 g	12 g
Kochsahne **7)**	150 g	200 g	300 g
Knoblauchzehe **ES**	1	1	2
Zitrone, gewachst **ZA** | **ES** | **AR**	1	1	1
Petersilie glatt/ Zitronenthymian	10 g	10 g	10 g
Hartkäse geraspelt **7) 8)**	40 g	60 g	80 g
Panko-Mehl **15)**	30 g	50 g	60 g
milde Chiliflocken	2 g	2 g	4 g
Schalotte **FR** | **NL** | **DE**	1	1	2

**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. 510 g)
Brennwert	715 kJ/171 kcal	3661 kJ/875 kcal
Fett	5,18 g	26,50 g
– davon ges. Fettsäuren	3,20 g	16,37 g
Kohlenhydrate	23,07 g	118,11 g
– davon Zucker	2,56 g	13,09 g
Eiweiß	7,11 g	36,39 g
Salz	0,539 g	2,761 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 **10)** Sellerie **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland **FR:** Frankreich **NL:** Niederlande **ZA:** Südafrika **ES:** Spanien **AR:** Argentinien

2023-W12

1

Zerkleinern

Einen großen Topf mit reichlich **Wasser*** füllen, **salzen*** und zum Kochen bringen.

Petersilie mit Stielen in ca. 2 cm große Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

Schalotte und **Knoblauch** abziehen, **Schalotte** halbieren. Beides zugeben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

2

Soße kochen

10 g [**15 g** | **20 g**] **Öl*** zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten. **Kochsahne**, 100 g [**150 g** | **200 g**] **Wasser***, **Gemüsebrühe**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben, anstelle des Messbechers den Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **9 Min./90 °C/Stufe 1** erhitzen.

Währenddessen mit der Zubereitung fortfahren.

3

Pasta & Brokkolini

Spaghetti ins kochende **Wasser** geben und 5 Min. vorkochen. **Brokkolini** zugeben und weitere 3 Min. kochen, bis beides die gewünschte Bissfestigkeit erreicht hat. **Spaghetti** und **Brokkolini** durch den Varoma-Behälter abgießen und zurück in den Topf geben.

Währenddessen die **Brösel** zubereiten.

4

Für die Brösel

Blätter vom **Thymian** abzupfen.

Eine kleine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. 1 EL [**1,5 EL** | **2 EL**] **Butter***, **Panko-Mehl** und **Zitronenthymian** zugeben und 1 – 2 Min. unter Rühren rösten, bis die **Brösel** goldbraun sind. **Brösel** in eine kleine Schüssel umfüllen, kurz abkühlen lassen und mit **geraspeltem Hartkäse** mischen.

Zitrone heiß abwaschen, Schale abreiben und **Zitrone** vierteln.

5

Soße vollenden

1 TL [**1,5 TL** | **2 TL**] **Zitronenabrieb**, **geriebenen Hartkäse** und **Chiliflocken (Achtung: scharf!)** in den Mixtopf zugeben und **2 Min./95 °C/Stufe 1** vermischen.

Soße aus dem Mixtopf zur **Pasta** geben, gut mischen und nach Belieben mit **Zitronensaft**, **Zitronenabrieb**, **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

6

Anrichten

Fertige **Pasta** auf tiefe Teller verteilen, mit **Kräuterbröseln** toppen, restliche **Zitronenspalten** dazu reichen und genießen.

Guten Appetit!

milde Chiliflocken

Sei etwas vorsichtig beim Würzen mit unserem milden Chili. Trotz seines Namens kann der Schärfegrad variieren. Starte mit weniger Chiliflocken und taste Dich an Deine Wohlfühl-Schärfe heran.

Für mehr Essensfreu(n)de:

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