



SPAGHETTI MIT TOMATENRAHM UND SPINAT

getoppt mit Hirtenkäsebröseln



HELLO BASILIKUM

Wusstest Du, dass Basilikum gleich eine ganze Reihe Spitznamen hat: Basilie, Basilienkraut oder Königskraut sind nur einige von ihnen.



Spaghetti



Tomatenpesto



Kochsahne



Hirtenkäse



Babyspinat



Knoblauchzehe



Zucchini



Champignons



Gemüsebrühe



Basilikum



Petersilie

20 [20 | 25] Min. 25 [25 | 30] Min.

Stufe 1

Thermomix kocht

Veggie

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken. Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 großen Topf** und **1 kleine Schüssel**.



1 PASTA KOCHEN

In einem großen Topf reichlich heißes **Wasser** mit **Salz*** zum Kochen bringen. **Spaghetti** ins kochende **Wasser** geben und 10 – 12 Min. bissfest garen. Anschließend durch den Varoma-Behälter abgießen und zurück in den Topf geben. Währenddessen mit der Zubereitung fortfahren.



2 FÜR DAS TOPPING

Basilikum und **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. **Hirtenkäse** mit den Händen in grobe Stücke brechen und zugeben. Mit **Pfeffer*** würzen und **4 Sek./Reverse/Stufe 3** vermengen. **Topping** in eine kleine Schüssel umfüllen. Mixtopf spülen und trocknen.



3 DÜNSTEN

Knoblauch abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 10 g [15 g | 20 g] **Öl*** zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten. Währenddessen **Champignons** je nach Größe vierteln oder achteln. Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** längs halbieren und in 0,5 cm dicke Halbmonde schneiden.



4 SOSSE KOCHEN

Zucchini und **Champignons** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./100 °C/☞/Stufe 1** dünsten. **Tomatenpesto**, **Kochsahne**, 50 g **Wasser*** und **Gemüsebrühe** zugeben, anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **8 Min./98 °C/☞/Stufe 1** kochen.



5 PASTA VOLLENDEN

Soße aus dem Mixtopf in den Topf zu den abgossenen **Spaghetti** gießen, **Spinat** portionsweise zugeben, unterheben und dabei gut vermengen. Nach Geschmack mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



6 ANRICHTEN

Pasta auf Tellern verteilen. Mit **gekräutertem Hirtenkäse** bestreuen und genießen.

Guten Appetit!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Spaghetti 1)	250 g	375 g	500 g
Gemüsebrühe	4 g	6 g	8 g
Basilikum/Petersilie	10 g	10 g	10 g
Hirtenkäse 5)	100 g	150 g	200 g
Champignons	100 g	150 g	200 g
Zucchini ES	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Kochsahne 5)	200 ml	300 ml	400 ml
Tomatenpesto 11)	50 g	75 g	100 g
Babyspinat	75 g	100 g	150 g
Öl* für Schritt 3	10 g	15 g	20 g
Wasser* für Schritt 4	50 g		
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.
☞ Beachte die benötigte Menge. Die geliefert 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. 550 g)
Brennwert	649 kJ/155 kcal	3.437 kJ/822 kcal
Fett	3,68 g	19,47 g
– davon ges. Fettsäuren	2,24 g	11,84 g
Kohlenhydrate	19,17 g	101,53 g
– davon Zucker	2,38 g	12,61 g
Eiweiß	6,65 g	35,23 g
Salz	0,389 g	2,059 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) Glutenthaltiges Getreide 5) Milch
- 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