

Strozzapreti mit Basilikum-Ricotta in Tomatensugo mit Zucchini und Oliven

Vegetarisch **Zeit Sparen** 15 Minuten • 3779 kJ/903 kcal • Tag 5 kochen

28



-  frische Strozzapreti
-  Tomaten Sugo
-  Knoblauchzehe
-  Ricotta
-  Zucchini
-  geriebener Hartkäse
-  Gemüsebrühe
-  Basilikumpaste
-  Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“
-  Geschwärzte Oliven

 **Natürlicher Geschmack**

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

Gut im Haus zu haben
Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

1 große Pfanne, 1 Knoblauchpresse, 1 Messbecher,
1 Sieb und 1 großen Topf mit Deckel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frische Strozzapreti 15)	375 g	500 g	750 g
Tomaten Sugo 14)	300 g	400 g	600 g
Knoblauchzehe	1	2	2
Ricotta 7)	100 g	250 g	250 g
Zucchini DE	1	2	2
geriebener Hartkäse 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Gemüsebrühe 10)	4 g	6 g	8 g
Basilikumpaste	24 ml	39 ml	48 ml
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	4 g	6 g	8 g
Geschwärtzte Oliven	50 g	70 g	100 g
Olivenöl*	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. 570 g)
Brennwert	667 kJ/159 kcal	3779 kJ/903 kcal
Fett	5,20 g	29,43 g
– davon ges. Fettsäuren	1,57 g	8,92 g
Kohlenhydrate	21,74 g	123,15 g
– davon Zucker	3,52 g	19,92 g
Eiweiß	5,62 g	31,83 g
Salz	0,912 g	5,164 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 **14)** Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland



Kleine Vorbereitung

Reichlich **gesalzenes* Wasser*** in einen großen Topf zum Kochen bringen.

Knoblauch abziehen.

Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** längs halbieren und die Hälften in 1 cm dicke Halbmonde schneiden.



Für den Basilikumricotta

Strozzapreti in den großen Topf mit kochendem **Wasser** geben und 3 – 5 Min. bissfest garen.

Danach durch ein Sieb abgießen, dabei 100 ml [150 ml | 200 ml] von dem **Kochwasser*** auffangen.

In einer kleinen Schüssel **Ricotta** mit der Hälfte der **Basilikumpaste** und der Hälfte vom **Hartkäse** verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Zucchini braten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** erhitzen. **Zucchinihalbmonde** ca. 1 Min. scharf anbraten.

Danach Hitze reduzieren, **Knoblauch** hineinpressen und zusammen 1 – 2 Min. farblos anschwitzen



Soße dazugeben

Pfanninhalt mit 150 ml [225 ml | 300 ml] **Kochwasser*** und **Tomatensugo** ablöschen.

Gemüsebrühpulver, **Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“** und restliche **Basilikumpaste** dazugeben und alles zusammen 3 – 5 Min. köcheln lassen, bis die **Soße** etwas eindickt und die **Zucchini** gar sind. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Pasta fertigstellen

Pasta und restlichen **Hartkäse** zu der **Soße** in die Pfanne geben und 1 – 2 Min. erhitzen. **Pasta** mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Fertige **Pasta** in tiefen Tellern anrichten.

Nach Belieben mit **Basilikumricotta** und **Oliven** toppen.

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>

