

# Fiorelli! Pastataschen mit Pilzfüllung

in cremiger Champignonsauce, dazu Käsebrösel

Vegetarisch Family 30 – 40 Minuten • 800 kcal • Tag 3 kochen



Fiorelli mit Pilzfüllung



braune Champignons



Hartkäse ital. Art, gerieben



Semmelbrösel



Petersilie, glatt



rote Zwiebel



Gewürzmischung „Hello Muskat“



Halbrahm aus Saland



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

# Los geht's

Wasche die Kräuter ab und tupfe sie mit Küchenpapier trocken.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Öl\*, Pfeffer\*, Salz\*, Gemüsebouillonpulver\*, Wasser\*

## Kochutensilien

1 grosse Bratpfanne, 1 grosser Topf, 1 Messbecher, 1 Sieb und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Fiorelli mit Pilzfüllung <b>7)</b> <b>8)</b> <b>15)</b>	1 x 300 g	1 x 600 g
braune Champignons	1 x 225 g	2 x 225 g
Hartkäse ital. Art, gerieben <b>7)</b> <b>8)</b>	1 x 40 g	2 x 40 g
Semmelbrösel <b>15)</b>	1 x 25 g	1 x 50 g
Petersilie, glatt	1 x 10 g**	1 x 10 g
rote Zwiebel	1 x 80 g	2 x 80 g
Gewürzmischung „Hello Muskat“ <b>10)</b>	1 x 5 g	2 x 5 g
Halbrahm aus Saland <b>7)</b>	1 x 150 g	2 x 150 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. 430 g)
Brennwert	779 kJ/ 186 kcal	3346 kJ/ 800 kcal
Fett	8.7 g	37.2 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	13 g
Kohlenhydrate	19.5 g	83.6 g
- davon Zucker	1.5 g	6.6 g
Eiweiss	7.2 g	31 g
Salz	0.7 g	3 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!)



## Für die Käsebrösel

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

**Petersilienblätter** hacken.

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl\*** auf mittlerer Stufe erhitzen.

**Semmelbrösel** und **Petersilie** darin 1 – 2 Min. unter Rühren goldbraun rösten.

**Brösel** in einer kleinen Schüssel mit der Hälfte vom **Käse** vermengen.

**Tipp:** So richtig knusprig werden die Käsebrösel, wenn Du die Fiorelli damit im Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze ca. 5 Min. überbackst.



## Gemüse schneiden

**Champignons** je nach Grösse halbieren oder vierteln.

**Rote Zwiebel** halbieren und in dünne Streifen schneiden.



## Champignons anbraten

Die grosse Bratpfanne aus Schritt 1 einmal auswaschen und darin erneut 1 EL [2 EL] **Öl\*** auf mittlerer Stufe erhitzen. **Zwiebelstreifen** und **Champignons** zugeben und 4 – 5 Min. anschwitzen, bis alles weich ist.

Währenddessen mit dem nächsten Schritt fortfahren.



## Fiorelli garen

In einen grossen Topf reichlich heisses **Wasser\*** füllen, kräftig **salzen\*** und aufkochen lassen.

**Fiorelli** zugeben, Hitze reduzieren und 5 – 6 Min. ziehen lassen. Anschliessend **Fiorelli** durch ein Sieb abgiessen, dabei 100 ml [200 ml] **Kochwasser** auffangen.

Aufgefangenes **Kochwasser**, **Halbrahm**, „Hello Muskat“, 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver\*** und restlichen **Hartkäse** in dem Messbecher verrühren.



## Sauce vollenden

Angerührte **Halbrahmmischung** und **Fiorelli** zu den **Pilzen** geben und alles mit **Pfeffer\*** abschmecken.

**Tipp:** Wenn die Sauce zu dickflüssig ist, noch etwas **Wasser\*** hinzugeben und wenn sie zu dünn sein sollte, 1 Min. weiterköcheln lassen.



## Anrichten

**Bratpfanninhalt** auf tiefe Teller verteilen, mit **Käsebröseln** toppen und geniessen.

## En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über <http://www.hellofresh.ch/freunde> ein!





# Fiorelli! Pasta dumplings with mushroom filling

in creamy mushroom sauce, served with cheese breadcrumbs

Vegetarian Family 30–40 minutes • 800 kcal • Cook on day 3



Fiorelli with mushroom filling



Brown mushrooms



Grated Italian-style hard cheese



Breadcrumbs



Flat leaf parsley



Red onion



“Hello Nutmeg” spice mix



Single cream from Saland



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

# Let's get started

Wash the herbs and pat them dry with kitchen roll.

## Basics from your kitchen\*

Oil\*, salt\*, pepper\*, vegetable stock powder\*

## Cooking utensils

1 large frying pan, 1 large pot, 1 measuring jug, 1 sieve and 1 small bowl

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Fiorelli with mushroom filling <b>7) 8) 15)</b>	1 x	300 g	1 x	600 g
Brown mushrooms	1 x	225 g	2 x	225 g
Grated Italian-style hard cheese <b>7) 8)</b>	1 x	40 g	2 x	40 g
Breadcrumbs <b>15)</b>	1 x	25 g	1 x	50 g
Flat leaf parsley	1 x	10 g**	1 x	10 g
Red onion	1 x	80 g	2 x	80 g
“Hello Nutmeg” spice mix <b>10)</b>	1 x	5 g	2 x	5 g
Single cream from Saland <b>7)</b>	1 x	150 g	2 x	150 g

\*\*Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

## Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 430 g)
Calories	779 kJ/186 kcal	3346 kJ/800 kcal
Fat	8.7 g	37.2 g
– of which saturated fats	3 g	13 g
Carbohydrate	19.5 g	83.6 g
– of which sugar	1.5 g	6.6 g
Protein	7.2 g	31 g
Salt	0.7 g	3 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

**Allergens:** **7)** Milk (including lactose) **8)** Eggs **10)** Celery **15)** Wheat

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients!)



## For the cheese breadcrumbs

Heat plenty of water in the kettle.

Chop the parsley leaves.

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in a large frying pan on medium heat.

Stir-fry the breadcrumbs and parsley for 1–2 min. until golden brown.

Mix the breadcrumbs in a small bowl with half of the cheese.

Tip: *To make your cheese breadcrumbs really crispy, put the fiorelli and breadcrumbs into the oven at 200 °C top/bottom heat and bake for about 5 min.*



## Chop the vegetables

Cut the mushrooms into halves or quarters depending on their size.

Halve the red onion and cut it into thin strips.



## Sauté the mushrooms

Wipe out the large frying pan from step 1 and heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in it on a medium setting. Add the onions and mushrooms and sauté for 4–5 min. until soft.

In the meantime, continue with the next step.



## Cook the fiorelli

Fill a large pot with plenty of hot water\*, add plenty of salt\* and bring to the boil.

Add the fiorelli, reduce the heat and leave for 5–6 min. Then drain the fiorelli in a sieve, keeping 100 ml [200 ml] of the cooking water\*.

Mix the collected cooking water, single cream, “Hello Nutmeg”, 4 g [8 g] vegetable stock powder\* and the remaining hard cheese in the measuring jug.



## Finish the sauce

Add the cream mixture and fiorelli to the mushrooms and season with pepper\*.

Tip: *If the sauce is too thick, add some more water\*, and if it is too thin, simmer for another 1 min.*



## Serve

Apportion contents of the pan onto deep plates, top with cheese breadcrumbs and enjoy.

## Bon appetit!

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too! Send them an invite now using the QR code or at [www.hellofresh.ch/freunde/](http://www.hellofresh.ch/freunde/)



# Fiorelli farcis aux champignons

avec une sauce crémeuse aux champignons, et de la chapelure au fromage

Végétarien **Famille** 30 – 40 minutes • 800 kcal • Cuisiner au 3e jour



Fiorelli aux champignons



Champignons bruns



Fromage italien  
à pâte dure râpé



Chapelure



Persil, plat



Oignon rouge



Mélange d'épices  
« Hello muscade »



Crème demi-écrémée de  
Saland



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

# C'est parti

Laver les herbes et les essuyer avec de l'essuie-tout.

## Basiques dans votre cuisine\*

Huile\*, poivre\*, sel\*, bouillon de légumes en poudre\*

## Ustensiles de cuisine

1 grande poêle, 1 grande casserole, 1 verre doseur, 1 passoire et 1 bol

## Ingrédients pour 2 à

### 4 personnes

	2 portions	4 portions
Fiorelli aux champignons <b>7) 8) 15)</b>	1 x 300 g	1 x 600 g
Champignons bruns	1 x 225 g	2 x 225 g
Fromage italien à pâte dure râpé <b>7) 8)</b>	1 x 40 g	2 x 40 g
Chapelure <b>15)</b>	1 x 25 g	1 x 50 g
Persil, plat	1 x 10 g**	1 x 10 g
Oignon rouge	1 x 80 g	2 x 80 g
Mélange d'épices « Hello muscade » <b>10)</b>	1 x 5 g	2 x 5 g
Crème demi-écrémée de Saland <b>7)</b>	1 x 150 g	2 x 150 g

\*\*Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box, de sorte qu'il peut y avoir des restes.

## Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 430 g)
Valeur calorique	779 kJ/ 186 kcal	3346 kJ/ 800 kcal
Lipides	8,7 g	37,2 g
– dont acides gras saturés	3 g	13 g
Glucides	19,5 g	83,6 g
– dont sucre	1,5 g	6,6 g
Protéines	7,2 g	31 g
Sel	0,7 g	3 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

**Allergènes :** 7) lait (comprenant du lactose) 8) œufs 10) céleri 15) blé

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



## 1 Pour la chapelure au fromage

Chauffer une grande quantité d'eau dans la bouilloire. Hacher les feuilles de persil.

Dans une grande poêle, chauffer à feu moyen 1 cs [2 cs] d'huile\*.

Y faire griller la chapelure et le persil 1 à 2 min en remuant jusqu'à coloration.

Dans un bol, mélanger la chapelure avec la moitié du fromage.

*Astuce : la chapelure de fromage devient vraiment croustillante lorsque vous faites gratiner les fiorelli au four à 200 °C (chaleur supérieure/inférieure) 5 min environ.*



## 2 Couper les légumes

Couper en deux ou en quatre les champignons selon leur taille.

Couper l'oignon rouge en deux et le couper en fines tranches.



## 3 Faire revenir les champignons

Essuyer la grande poêle de l'étape 1 et y faire chauffer à nouveau 1 cs [2 cs] d'huile\* à feu moyen. Ajouter les lamelles d'oignons et les champignons et faire suer 4 à 5 min jusqu'à ce qu'ils soient tendres.

Pendant ce temps, passer à l'étape suivante.



## 4 Cuire les fiorelli

Remplir une grande casserole d'une grande quantité d'eau\* chaude, bien saler\* et porter à ébullition.

Ajouter les fiorelli, réduire le feu et laisser reposer 5 à 6 min. Égoutter ensuite les fiorelli dans une passoire (conserver 100 ml [200 ml] de l'eau de cuisson).

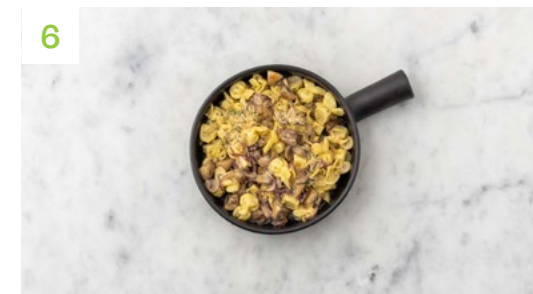
Dans le verre doseur, mélanger l'eau de cuisson réservée, la crème demi-écrémée, le « Hello muscade », 4 g [8 g] de bouillon de légumes en poudre\* et le reste du fromage à pâte dure.



## 5 Finir la sauce

Ajouter le mélange de crème demi-écrémée et les fiorelli aux champignons et assaisonner de poivre\*.

*Astuce : si la sauce est trop épaisse, ajoutez un peu d'eau\* et si elle est trop liquide, laissez mijoter encore 1 min.*



## 6 Dresser

Répartir le contenu de la poêle sur des assiettes creuses, saupoudrer de chapelure au fromage et déguster.

## Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi ! Invitez-les dès maintenant via le QR code ou sur [www.hellofresh.ch/freunde/](http://www.hellofresh.ch/freunde/)

