

Fettuccine mit Spinat, Champignons und Zucchetti in Tomatenrahm, getoppt mit Hirtenkäsebröseln

Vegetarisch Family 30 – 40 Minuten • 871 kcal • Tag 3 kochen



Fettuccine



Zucchetti



Champignons



Babypinac



Tomatenpesto



Halbrahm aus Saland



Hirtenkäse



Basilikum



Knoblauchzehe

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

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

Kochutensilien

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

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Fettuccine 15)	1 x 270 g	1 x 500 g
Zucchini	1 x 220 g	2 x 220 g
Champignons	1 x 100 g	1 x 150 g
Babyspinat	1 x 75 g	1 x 150 g
Tomatenpesto	1 x 50 g	2 x 50 g
Halbrahm aus Saland 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Hirtenkäse 7)	1 x 100 g	1 x 200 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 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. 550 g)
Brennwert	667 kJ/ 159 kcal	3644 kJ/ 871 kcal
Fett	4.5 g	24.4 g
- davon ges. Fettsäuren	2.3 g	12.4 g
Kohlenhydrate	18.8 g	102.6 g
- davon Zucker	2.1 g	11.7 g
Eiweiss	6.6 g	36.3 g
Salz	0.66 g	3.62 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) **15)** Weizen

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



1 Pasta kochen

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

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

Fettuccine hinzugeben und 11 – 12 Min. bissfest garen.

Anschliessend durch ein Sieb abgiessen, dabei 100 ml [200 ml] von dem **Kochwasser** auffangen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



2 Topping zubereiten

Basilikum fein hacken.

Hirtenkäse mit den Händen in eine kleine Schüssel bröseln. **Gehackte Kräuter** mit dem **Hirtenkäse** vermengen und mit **Pfeffer*** würzen.



3 Gemüse schneiden

Champignons je nach Grösse vierteln oder achteln.

Zucchini längs halbieren und in 0.5 cm Halbmonde schneiden.

Knoblauch fein hacken.



4 Gemüse anbraten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** auf mittlerer Stufe erhitzen. **Champignons, Knoblauch** und **Zucchini** zugeben und 3 – 4 Min. anbraten.

Halbrahm, Tomatenpesto, 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver*** und abgemessenes Kochwasser zufügen und 3 – 4 Min. köcheln lassen, bis die **Sauce** leicht eindickt.

Spinat portionsweise zur **Sauce** geben und zusammenfallen lassen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



5 Pasta vollenden

Gekochte **Pasta** in die Bratpfanne geben und mit der **Sauce** gut vermengen.



6 Anrichten

Pasta auf Teller verteilen. Mit **Kräuter-Hirtenkäse** bestreuen 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!

