

Maxi-Ravioli gefüllt mit Tomate-Mozzarella in roter Spinat-Rahm-Sauce mit Rucola-Topping

Vegetarisch Zeit sparen One-Pot-Gericht High Protein Family 15 Minuten • 731 kcal • Tag 3 kochen

29



Maxi Ravioli
Tomate Mozzarella



Tomatenpesto



Halbrahm



Rucola



Balsamicoecreme



Babyspinat



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Olivenöl*, Pfeffer*, Salz*, Wasser*, Gemüsebouillonpulver*

Kochutensilien

1 grossen Topf, 1 Messbecher, 1 Sieb und 1 grosse Schüssel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Maxi Ravioli Tomate	1 x 400 g	1 x 800 g
Mozzarella 7) 8) 15)	1 x 25 g	1 x 50 g
Tomatenpesto 14)	1 x 150 g	2 x 150 g
Halbrahm 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
Rucola	1 x 12 g	2 x 12 g
Balsamicocreme 14)	1 x 50 g	1 x 100 g
Babyspinat	1 x 400 g	1 x 800 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. 370 g)
Brennwert	823 kJ/ 197 kcal	3059 kJ/ 731 kcal
Fett	9.94 g	36.92 g
- davon ges. Fettsäuren	3.97 g	14.74 g
Kohlenhydrate	15.33 g	56.94 g
- davon Zucker	2.02 g	7.49 g
Eiweiss	11.29 g	41.94 g
Salz	0.348 g	1.293 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
14) Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

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



1 Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser*** im Wasserkocher.

Einen grossen Topf mit heissem **Wasser*** füllen, **salzen*** und aufkochen lassen.



2 Für den Salat

In einer grossen Schüssel 1 EL [2 EL] **Olivenöl***, **Rucola** und **Balsamicocreme** miteinander vermengen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



3 Pasta kochen

Pasta in den grossen Topf mit kochendem **Wasser*** geben.

Hitze reduzieren und **Pasta** für 5 – 6 Min. ziehen lassen.

Tipp: Sobald die Ravioli im Wasser* sind, Wasser* nicht mehr kochen lassen, sonst platzen sie auf.

Danach durch ein Sieb abgiessen.



4 Sauce kochen

In dem Topf **Halbrahm**, **Tomatenpesto**, **Babyspinat**, 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver*** und 50 ml [100 ml] **Wasser*** für 2 – 3 Min. aufkochen lassen, bis die **Sauce** etwas eingedickt ist.



5 Pasta & Sauce mischen

Pasta wieder in die **Sauce** geben und kurz durcherhitzen.



6 Anrichten

Pasta mit **Sauce** auf tiefe Teller verteilen und mit dem **Rucolasalat** toppen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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





Maxi-ravioli stuffed with tomato mozzarella in red creamy spinach sauce with rocket topping

Vegetarian Save Time One-pot dish High protein Family 15 minutes • 731 kcal • Cook on day 3

29



Maxi ravioli



Tomato pesto



Single cream



Rocket



Balsamic cream



Baby spinach



Let's get started

Wash the vegetables.

Basics from your kitchen*

Olive oil*, pepper*, salt*, water*, vegetable stock powder*

Cooking utensils

1 large pot, 1 measuring jug, 1 sieve and 1 large bowl

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
Maxi ravioli with tomato and mozzarella 7) 8) 15)	1 x 400 g	1 x 800 g
Tomato pesto 14)	1 x 25 g	1 x 50 g
Single cream 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Rocket	1 x 50 g	1 x 100 g
Balsamic cream 14)	1 x 12 g	2 x 12 g
Baby spinach	1 x 50 g	1 x 100 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. 370 g)
Calories	823 kJ/ 197 kcal	3.059 kJ/ 731 kcal
Fat	9.94 g	36.92 g
- incl. saturated fats	3.97 g	14.74 g
Carbohydrate	15.33 g	56.94 g
- incl. sugar	2.02 g	7.49 g
Protein	11.29 g	41.94 g
Salt	0.348 g	1.293 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 **14)** Sulphur dioxide and sulphites **15)** Wheat

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



Get prepped

Heat plenty of water* in the kettle.

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



For the salad

Mix 1 tbsp. [2 tbsp.] olive oil*, rocket and balsamic cream together in a large bowl and season with salt* and pepper*.



Cook the pasta

Add pasta to the large pot of boiling water*.

Reduce the heat and let pasta sit for 5-6 min.

Tip: *When the ravioli are in the water*, don't boil the water* as otherwise they will burst open.*

Then drain with a sieve.



Cook the sauce

In the pot, bring single cream, tomato pesto, baby spinach, 4 g [8 g] vegetable stock powder* and 50 ml [100 ml] water* to the boil for 2-3 min. until the sauce has thickened a bit.



Mix pasta & sauce

Add pasta to the sauce and heat through briefly.



Serve

Apportion pasta with sauce on deep plates and top with rocket salad.

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!



Maxi-raviolis farcis à la tomate et à la mozzarella dans une sauce rouge aux épinards et à la crème recouverts de roquette

Végétarien Gain de temps Plat One-Pot Hautement protéiné Famille 15 minutes • 731 kcal • Cuisiner au 3e jour

29



Grands raviolis



Pesto de tomates



Crème demi-écrémée



Roquette



Crème balsamique



Pousses d'épinards

C'est parti

Laver les légumes.

Ingrédients de base de votre cuisine*

Huile d'olive*, sel*, poivre*, eau*, bouillon de légumes en poudre*

Ustensiles de cuisine

1 grande casserole, 1 verre doseur, 1 passoire et 1 saladier

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Gros raviolis tomate-mozzarella 7 8 15	1 x 400 g	1 x 800 g
Pesto de tomates 14	1 x 25 g	1 x 50 g
Crème demi-écrémée 7	1 x 150 g	2 x 150 g
Roquette	1 x 50 g	1 x 100 g
Crème de vinaigre balsamique 14	1 x 12 g	2 x 12 g
Pousses d'épinards	1 x 50 g	1 x 100 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. 370 g)
Valeur calorique	823 kJ/ 197 kcal	3.059 kJ/ 731 kcal
Lipides	9.94 g	36.92 g
- dont acides gras saturés	3.97 g	14.74 g
Glucides	15.33 g	56.94 g
- dont sucre	2.02 g	7.49 g
Protéines	11.29 g	41.94 g
Sel	0.348 g	1.293 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 **14** dioxydes de soufre et sulfites **15** blé

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



Petite préparation

Faire chauffer une grande quantité d'eau* dans la bouilloire.

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



Pour la salade

Dans un saladier, mélanger 1 cs [2 cs] d'huile d'olive*, la roquette et la crème balsamique ; saler* et poivrer*.



Faire cuire les pâtes

Mettre les pâtes dans la grande casserole d'eau* bouillante.

Baisser le feu et laisser gonfler 5 à 6 min.

Astuce : Une fois que les ravioli sont dans l'eau*, ne la faites pas bouillir, sinon les ravioli vont éclater.

Égoutter ensuite dans une passoire.



Préparer la sauce

Dans la casserole, faire bouillir la crème demi-écrémée, le pesto de tomates, les pousses d'épinards, 4 g [8 g] de bouillon de légumes en poudre* et 50 ml [100 ml] d'eau* pendant 2 à 3 min, jusqu'à ce que la sauce ait légèrement épaissi.



Mélanger les pâtes & la sauce

Remettre les pâtes dans la sauce et faire chauffer brièvement.



Dresser

Répartir les pâtes avec la sauce dans des assiettes creuses et garnir avec la salade.

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 !

