

Gigli! Lilienpasta mit Speck und Basilikumrahm dazu Zucchini und Hartkäse

Family 25 – 35 Minuten • 4.059 kj/970 kcal • Tag 5 kochen

2



Gigli



Speckwürfel



Zucchini



Halbrahm



Basilikum



Basilikumpaste



Hartkäse geraspelt



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

Gut, im Haus zu haben

Wasser*, Salz*, Pfeffer*, Öl*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Erhitze reichlich Wasser im Wasserkocher.

Was Du benötigst

1 grosse Bratpfanne, 1 Messbecher, 1 Sieb, und 1 grossen Topf mit Deckel.

Zutaten 2 | 4 Personen

| | 2P | 4P |
|--------------------------|------------|-----------|
| Gigli 1) | 1 x 250 g | 1 x 500 g |
| Speckwürfel | 1 x 90 g | 2 x 90 g |
| Zucchini | 1 x 220 g | 2 x 220 g |
| Halbrahm 5) | 1 x 200 g | 2 x 200 g |
| Basilikum | 1 x 10 g** | 1 x 10 g |
| Basilikumpaste | 1 x 15 ml | 2 x 15 ml |
| Hartkäse geraspelt 2) 5) | 1 x 20 g | 1 x 40 g |

Wasser*, Öl* 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

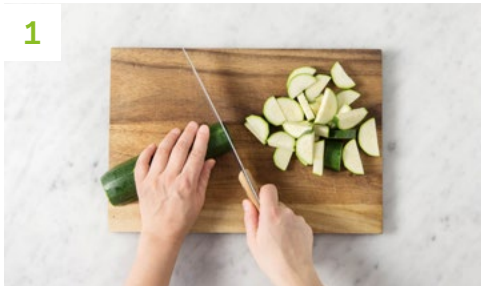
(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

| | 100 g | Portion (ca. 1.000 g) |
|-------------------------|-----------------|-----------------------|
| Brennwert | 928 kJ/222 kcal | 4.059 kJ/970 kcal |
| Fett | 11.56 g | 50.57 g |
| - davon ges. Fettsäuren | 4.93 g | 21.59 g |
| Kohlenhydrate | 21.88 g | 95.73 g |
| - davon Zucker | 2.48 g | 10.83 g |
| Eiweiss | 7.17 g | 31.37 g |
| Salz | 0.445 g | 1.945 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) Glutenhaltiges Getreide (Weizen) oder daraus hergestellte Erzeugnisse 2) Eier oder Eierzeugnisse 5) Milch oder Milcherzeugnisse (einschliesslich Laktose).

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



Gemüse schneiden

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

Blätter vom **Basilikum** abzupfen und fein hacken.



Pasta kochen

Reichlich **heisses Wasser*** in einen grossen Topf füllen, **salzen*** und einmal aufkochen lassen.

Gigli zugeben und 9 – 10 Min. bissfest garen.



Zucchini braten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** erhitzen und **Speck** und **Zucchettihalbmonde** darin ca. 2 Min. anbraten.



Sauce einköcheln

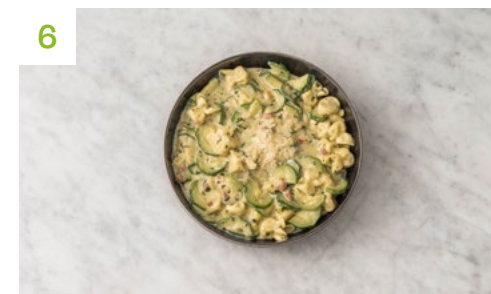
Gemüse mit Halbrahm und 50 ml [100 ml] **Wasser*** ablöschen und **Basilikumpaste** zugeben. 1 – 2 Min. einkochen lassen, bis die **Sauce** eingedickt und das **Gemüse** weich ist.



Pasta vollenden

Gigli nach der Garzeit in ein Sieb abgiessen und vorsichtig mit dem **Gemüse** vermischen.

Gehackten **Basilikum** unterheben und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Pasta auf tiefe Teller verteilen, mit **Hartkäse** bestreuen und geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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





Gigli! Lily pasta with bacon and basil cream, served with courgette and hard cheese

Family 25-35 minutes • 4.059 kj/970 kcal • Cook on day 5

2



Gigli



Diced bacon



Courgette



Single cream



Basil



Basil paste



Grated hard cheese



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

Good to have at hand

Water*, oil*, salt*, pepper*

Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

Boil plenty of water in the kettle.

What you need

1 large frying pan, 1 measuring jug, 1 sieve and 1 large pot with lid.

Ingredients for 2 | 4 persons

| | 2P | 4P |
|----------------------------------|---------------------------|-----------|
| Gigli 1) | 1 x 250 g | 1 x 500 g |
| Bacon, diced | 1 x 90 g | 2 x 90 g |
| Courgette | 1 x 220 g | 2 x 220 g |
| Single cream 5) | 1 x 200 g | 2 x 200 g |
| Basil | 1 x 10 g ** | 1 x 10 g |
| Basil paste | 1 x 15 ml | 2 x 15 ml |
| Hard cheese, grated 2) 5) | 1 x 20 g | 1 x 40 g |
| Water*, oil* | Amounts specified in text | |
| Salt*, pepper* | According to taste | |

*Good to have at hand.

**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. 1000 g) |
|------------------------|-----------------|--------------------------|
| Calories | 928 kJ/222 kcal | 4.059 kJ/970 kcal |
| Fat | 11.56 g | 50.57 g |
| - incl. saturated fats | 4.93 g | 21.59 g |
| Carbohydrate | 21.88 g | 95.73 g |
| - incl. sugar | 2.48 g | 10.83 g |
| Protein | 7.17 g | 31.37 g |
| Salt | 0.445 g | 1.945 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: 1) Cereals containing gluten (wheat) or products thereof **2)** Eggs or egg products **5)** Milk or milk products (including lactose).

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



1 Chop the vegetables

Trim the courgette, halve the courgette lengthways, then slice it into half-moons 1 cm thick.

Pick the leaves from the basil and chop finely.



2 Cook the pasta

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

Add the gigli and cook for 9-10 min. until al dente.



3 Fry the courgette

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* in a large frying pan and sauté the bacon and courgette slices for approx. 2 min.



4 Thicken the sauce

Deglaze the vegetables with single cream and 50 ml [100 ml] water* and add the basil paste. Simmer for 1-2 min. until the sauce has thickened and the vegetables are soft.



5 Finish the pasta

Once cooked, pour the Gigli into a sieve, then mix carefully with the vegetables.

Add the chopped basil and season with salt* and pepper*.



6 Serve

Serve the pasta on deep plates, sprinkle with hard cheese 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/



Gigli ! Pâtes fleurs de lys aux lardons et à la crème de basilic, servies avec des courgettes et du fromage râpé

Famille 25 - 35 minutes - 4.059 kj/970 kcal • Cuisiner au 5e jour

2



Gigli



Lardons



Courgettes



Crème demi-écrémée



Basilic



Pâte de basilic



Fromage à pâte dure
râpé



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

Ingédients à toujours avoir chez soi
eau*, sel*, poivre*, huile*

C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

Chauffer une grande quantité d'eau dans la bouilloire.

Ce dont vous avez besoin

1 grande poêle, 1 verre doseur, 1 passoire et 1 grande casserole avec couvercle.

Ingrédients pour 2 | 4 personnes

| | 2 portions | 4 portions |
|---------------------------------------|-----------------------|------------|
| Gigli 1) | 1 x 250 g | 1 x 500 g |
| Lardons | 1 x 90 g | 2 x 90 g |
| Courgettes | 1 x 220 g | 2 x 220 g |
| Crème demi-écrémée 5) | 1 x 200 g | 2 x 200 g |
| Basilic | 1 x 10 g ** | 1 x 10 g |
| Pâte de basilic | 1 x 15 ml | 2 x 15 ml |
| Fromage à pâte dure râpé 2) 5) | 1 x 20 g | 1 x 40 g |
| Eau*, huile* | Détails dans le texte | |

Sel*, poivre* selon les goûts

*Ingrédients à toujours avoir chez soi.

**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

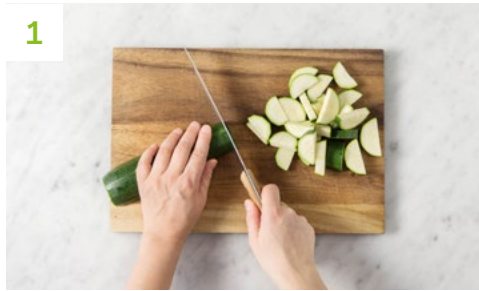
(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

| | 100 g | Portion (env. 1.000 g) |
|----------------------------|-----------------|------------------------|
| Valeur calorique | 928 kJ/222 kcal | 4.059 kJ/970 kcal |
| Lipides | 11.56 g | 50.57 g |
| - dont acides gras saturés | 4.93 g | 21.59 g |
| Glucides | 21.88 g | 95.73 g |
| - dont sucre | 2.48 g | 10.83 g |
| Protéines | 7.17 g | 31.37 g |
| Sel | 0.445 g | 1.945 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 : **1)** céréales contenant du gluten (blé) ou produits à base de céréales contenant du gluten **2)** œufs ou produits à base d'œufs **5)** lait ou produits laitiers (y compris le lactose)

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



Couper les légumes

Couper les extrémités de la courgette, la couper dans le sens de la longueur, puis en demi-lunes d'env. 1 cm.

Arracher les feuilles de basilic et les hacher finement.



Faire cuire les pâtes

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

Ajouter les gigli et faire cuire 9 à 10 min jusqu'à ce qu'elles soient al dente.



Cuire les courgettes

Chauffer 1 cs [2 cs] d'huile* dans une grande poêle et faire revenir dedans le lard et les demi-lunes de courgette env. 2 min.



Faire réduire la sauce

Dégeler les légumes avec la crème demi-écrémée et 50 ml [100 ml] d'eau* puis ajouter la pâte de basilic. Laisser mijoter le tout 1 à 2 min jusqu'à ce que la sauce épaississe et que les légumes soient tendres.



Finir les pâtes

Une fois les gigli cuites, les égoutter dans une passoire puis les mélanger soigneusement aux légumes.

Incorporer le basilic haché puis assaisonner avec du sel* et du poivre*.



Dresser

Servir les pâtes dans des assiettes creuses, parsemer de fromage à pâte dure 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 !

