

Spaghetti mit selbst gemachter Peperonicremesauce getoppt mit Pinienkernen, Hartkäse und Basilikum

Family Vegetarisch 25 – 35 Minuten • 3909 kj/934 kcal • Tag 2 kochen

12



Spaghetti



rote Spitzpeperoni



Knoblauchzehe



Eschalotte



Gewürzmischung
"Hello Paprika"



Doppelrahmfrischkäse



Pinienkerne



Hartkäse geraspelt



Basilikum



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

Gut im Haus zu haben

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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

2 grosse Töpfe, 1 Messbecher, 1 Sieb und 1 Stabmixer

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	4P
Spaghetti 15)	1 x 270 g	1 x 500 g
rote Spitzpeperoni	2 x 100 g	4 x 100 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
Eschalotte	1 x 50 g	2 x 50 g
Gewürzmischung "Hello Paprika"	1 x 4 g	2 x 4 g
Doppelrahmfrischkäse 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Pinienkerne	1 x 20 g	2 x 20 g
Hartkäse geraspelt 7) 8)	1 x 40 g	2 x 40 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 g
Wasser*, Öl*, Gemüsebouillonpulver* Salz*, Pfeffer*	Angaben im Text 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. 527 g)
Brennwert	742 kJ/177 kcal	3909 kJ/934 kcal
Fett	7.57 g	39.89 g
- davon ges. Fettsäuren	3.82 g	20.11 g
Kohlenhydrate	20.65 g	108.81 g
- davon Zucker	2.83 g	14.91 g
Eiweiss	6.21 g	32.72 g
Salz	0.419 g	2.206 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 15) Weizen

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



Gemüse schneiden

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Spitzpeperoni längs halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Peperonihälften** in 2 cm grosse Stücke schneiden.

Eschalotte abziehen und grob würfeln.

Knoblauch abziehen und halbieren.



Pinienkerne rösten

Pinienkerne in einem grossen Topf ohne Fettzugabe 1 – 2 Min. rösten, bis sie duften und leicht bräunen. Herausnehmen.



Für die Sauce

In demselben Topf 1 EL [2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erhitzen, **Peperoni, Eschalotte** und **Knoblauchhälften** darin 8 – 10 Min. anrösten, bis die **Peperoni** weich ist. Dabei gelegentlich umrühren.



Spaghetti kochen

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

Spaghetti darin 7 – 8 Min. bissfest kochen.

Basilikumblätter in Streifen schneiden.



Sauce fertigstellen

Wenn das **Gemüse** weich ist, Topf vom Herd nehmen, 50 ml [100 ml] **Wasser***, 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver***, **Gewürzmischung „Hello Paprika“** und **Frischkäse** dazugeben und mit dem Stabmixer fein pürieren.

Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Fertig **gegarte Spaghetti** durch ein Sieb abgiessen, in den Topf mit der **Sauce** geben und durchmischen.



Anrichten

Spaghetti auf Teller verteilen, mit **Pinienkernen, Hartkäse-Flakes** und **Basilikumblättern** toppen und geniessen.

En Guete!

Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in deiner Box fehlt!



Spaghetti with homemade pepper and cream sauce topped with pine nuts, hard cheese and basil

Family Vegetarian 25-35 minutes • 3.909 kj/934 kcal • Cook on day 2

12



Spaghetti



Red pointed pepper



Garlic clove



Shallots



“Hello Paprika”
spice mix



Double cream cheese



Pine nuts



Grated hard cheese



Basil



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

Good to have at hand

Water*, oil*, salt*, pepper*, vegetable stock powder*

Let's get started

Wash the vegetables.

What you need

2 large pots, 1 measuring jug, 1 sieve and 1 hand blender

Ingredients for 2–4 persons

	2P	4P
Spaghetti 15	1 x 270 g	1 x 500 g
Red pointed peppers	2 x 100 g	4 x 100 g
Garlic clove	1 x 4 g	2 x 4 g
Shallots	1 x 50 g	2 x 50 g
Spice mix "Hello Paprika"	1 x 4 g	2 x 4 g
Double cream cheese 7	1 x 150 g	2 x 150 g
Pine nuts	1 x 20 g	2 x 20 g
Grated hard cheese 7 8	1 x 40 g	2 x 40 g
Basil	1 x 10 g**	1 x 10 g
Water*, oil*, vegetable stock powder*	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. 313 g)
Calories	742 kJ/177 kcal	3.909 kJ/934 kcal
Fat	7.57 g	39.89 g
– incl. saturated fats	3.82 g	20.11 g
Carbohydrate	20.65 g	108.81 g
– incl. sugar	2.83 g	14.91 g
Protein	6.21 g	32.72 g
Salt	0.419 g	2.206 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 **15** Wheat.

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



Chop the vegetables

Heat plenty of water in the kettle.

Cut pointed pepper in half lengthways, remove core, and cut pepper halves into 2 cm pieces.

Peel and roughly dice the shallot.

Peel and halve the garlic.



Toast pine nuts

Toast pine nuts in a large pot for 1-2 min. without adding fat until fragrant and lightly browned. Remove from the pan.



For the sauce

In same pot, heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* on medium heat and sauté peppers, shallot and garlic halves for 8-10 min. until the peppers are soft. Stir occasionally.



Cook spaghetti

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

Cook spaghetti for 7-8 min. until al dente.

Cut basil leaves into strips.



Finish sauce

When the vegetables are soft, remove pot from the heat, add 50 ml [100 ml] water*, 4 g [8 g] vegetable stock powder*, "Hello Paprika" spice mix and cream cheese, and purée finely with a hand blender.

Season with salt* and pepper*.

Drain cooked spaghetti through a sieve, add to the pot with the sauce and mix together well.



Serve

Apportion the spaghetti onto plates, top with pine nuts, hard cheese flakes and basil leaves and enjoy.

Bon appetit!

Missing an ingredient?

Let us know: Scan the QR code and tell us if something is missing from your box!



Spaghetti avec sauce crémeuse au poivron maison, pignons, fromage à pâte dure et basilic

Famille Végétarien 25 - 35 minutes • 3.909 kj/934 kcal • Cuisiner au 2e jour

12



Spaghetti



Gousse d'ail



Mélange d'épices
« Hello Paprika »



Pignons de pin



Basilic



Poivrons longs rouges



Échalote



Fromage frais double
crème



Fromage à pâte dure râpé



Natürlicher
Geschmack

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

Ingédients à toujours avoir chez soi :
Huile*, eau*, poivre*, sel*, bouillon de légumes
en poudre*

C'est parti

Laver les légumes.

Ce dont vous avez besoin

2 grandes poêles, 1 verre doseur, 1 passoire et 1 mixeur.

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Spaghetti 15)	1 x 270 g	1 x 500 g
Poivron long rouge	2 x 100 g	4 x 100 g
Gousse d'ail	1 x 4 g	2 x 4 g
Échalote	1 x 50 g	2 x 50 g
Mélange d'épices « Hello Paprika »	1 x 4 g	2 x 4 g
Fromage frais double crème 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Pignons de pin	1 x 20 g	2 x 20 g
Fromage à pâte dure râpé 7) 8)	1 x 40 g	2 x 40 g
Basilic	1 x 10 g**	1 x 10 g
Eau*, huile*, bouillon de légumes en poudre*, Sel*, poivre*	Détails dans le texte 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. 527 g)
Valeur calorique	742 kJ/177 kcal	3.909 kJ/934 kcal
Lipides	7.57 g	39.89 g
- dont acides gras saturés	3.82 g	20.11 g
Glucides	20.65 g	108.81 g
- dont sucre	2.83 g	14.91 g
Protéines	6.21 g	32.72 g
Sel	0.419 g	2.206 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 **15)** blé

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



1 Couper les légumes

Chauffer une grande quantité d'eau dans la bouilloire.

Couper les poivrons longs en deux, enlever les graines et débiter en morceaux d'env. 2 cm.

Éplucher et couper grossièrement en dés l'échalote.

Peler l'ail et le couper en deux.



2 Griller les pignons de pin

Faire griller 1 à 2 min les pignons dans une grande casserole sans ajouter de matière grasse jusqu'à ce qu'ils dégagent une odeur agréable et dorent légèrement. Retirer du feu.



3 Pour la sauce

Dans la même casserole, chauffer 1 cs [2 cs] d'huile* à feu moyen et faire revenir les dés de poivron, l'échalote et les moitiés d'ail 8 à 10 min jusqu'à ce que le poivron soit tendre. Remuer de temps en temps.



4 Cuire les spaghetti

Remplir une deuxième grande casserole d'eau bouillante, saler* généreusement et porter à ébullition.

Faire cuire les spaghetti 7 à 8 min jusqu'à ce qu'ils soient al dente.

Couper les feuilles de basilic en lamelles.



5 Préparer la sauce

Lorsque les légumes sont tendres, retirer du feu, ajouter 50 ml [100 ml] d'eau*, 4 g [8 g] de bouillon de légumes en poudre*, le mélange d'épices « Hello Paprika » et le fromage frais et réduire en purée fine à l'aide d'un mixeur.

Assaisonner avec du sel* et du poivre*.

Égoutter les spaghetti cuits dans une passoire, remettre dans la casserole avec la sauce et bien mélanger.



6 Dresser

Répartir les spaghetti dans les assiettes, parsemer de pignons, de copeaux de fromage et de feuilles de basilic, déguster.

Bon appétit !

Il manque un ingrédient ?

Dites-le nous : scannez le QR code et dites-nous s'il manque quelque chose dans ta boîte !

