

Spaghetti mit würziger Tomatensauce dazu Basilikum-Frischkäse-Nocken

Vegetarisch One-Pot-Gericht Family 25 – 35 Minutes • 3.580 kj/856 kcal • Tag 3 kochen

26



Spaghetti



Eschalotte



Knoblauchzehe



Tomaten



Basilikum



Tomatensugo



Pinienkerne



Doppelrahmfrischkäse



Hartkäse geraspelt



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

Gut, im Haus zu haben

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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 grossen Topf mit Deckel und 1 kleine Schüssel.

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Spaghetti 15	1 x 270 g	2 x 270 g
Eschalotte	1 x 50 g	2 x 50 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
Tomaten	2 x 100 g	4 x 100 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 g
Tomatensugo 14	1 x 200 g	2 x 200 g
Pinienkerne	2 x 10 g	4 x 10 g
Doppelrahmfrischkäse 7	1 x 100 g	1 x 200 g
Hartkäse geraspelt 7 8	1 x 20 g	1 x 40 g
Gemüsebouillonpulver*, 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	520 kJ/124 kcal	3.580 kJ/856 kcal
Fett	4.62 g	31.86 g
- davon ges. Fettsäuren	2.03 g	13.97 g
Kohlenhydrate	16.15 g	111.28 g
- davon Zucker	2.38 g	16.39 g
Eiweiss	4.13 g	28.49 g
Salz	0.257 g	1.773 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** Schwefeldioxid und Sulfite **15** Weizen.

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



Kleine Vorbereitung

Erhitze 500 ml [1.000 ml] **Wasser*** in einem Wasserkocher.

Eschalotte und **Knoblauch** abziehen und jeweils fein würfeln.

Tomaten in 2 cm grosse Würfel schneiden, Strunk dabei entfernen.

Basilikumblätter abzupfen und die Hälfte in feine Streifen schneiden.



Pinienkerne rösten

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



Onepot füllen

1 EL [2 EL] **Öl*** in den grossen Topf aus Schritt 2 geben.

Spaghetti in der Mitte einmal durchbrechen und in den Topf geben.

Zwiebel- und **Knoblauchwürfel**, **Tomatenwürfel**, Sugo, 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver*** in den Topf geben.



Nudeln kochen

500 ml [1.000 ml] **heisses Wasser*** in den Topf geben, aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze abgedeckt 8 – 10 Min. kochen, bis die **Spaghetti** bissfest sind.

Wichtig: Dabei mind. alle 2 Min. umrühren, sonst kleben die **Spaghetti** am Topfboden fest.



Für die Frischkäse-Nocken

Inzwischen **Frischkäse** in einer kleinen Schüssel mit den **Basilikumstreifen** verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Wenn die **Spaghetti** gar sind, mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken und auf Teller verteilen. Mit einem Löffel **kleine Nocken** vom **Basilikum-Frischkäse** abnehmen und auf den **Spaghetti** verteilen.

Mit **Hartkäse-Flakes**, **gerösteten Pinienkernen** und **restlichem Basilikum** toppen 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!



Spaghetti with spicy tomato sauce

served with basil and cream cheese dumplings

Vegetarian One pot dish Family 25-35 minutes • 3.580 kj/856 kcal • Cook on day 3

26



Spaghetti



Shallots



Garlic clove



Tomatoes



Basil



Tomato sugo



Pine nuts



Double cream cheese



Grated hard cheese



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

Good to have at hand

Vegetable stock powder*, water*, oil*, salt*, pepper*

Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

What you need

1 large pot with lid and 1 small bowl.

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
Spaghetti 15)	1 x 270 g	2 x 270 g
Shallots	1 x 50 g	2 x 50 g
Garlic clove	1 x 4 g	2 x 4 g
Tomatoes	2 x 100 g	4 x 100 g
Basil	1 x 10 g **	1 x 10 g
Tomato sauce 14)	1 x 200 g	2 x 200 g
Pine nuts	2 x 10 g	4 x 10 g
Double cream cheese 7)	1 x 100 g	1 x 200 g
Grated hard cheese 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
Vegetable stock powder*, 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	520 kJ/124 kcal	3.580 kJ/856 kcal
Fat	4.62 g	31.86 g
- incl. saturated fats	2.03 g	13.97 g
Carbohydrate	16.15 g	111.28 g
- incl. sugar	2.38 g	16.39 g
Protein	4.13 g	28.49 g
Salt	0.257 g	1.773 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 500 ml [1.000 ml] water* in a kettle.

Peel shallots and garlic and dice both finely.

Cut the tomato into 2 cm cubes, removing the stalk.

Pluck basil leaves and chop half into thin strips.



Toast pine nuts

Toast pine nuts in a large pot without fat for 1-2 min. until they release their aroma. Remove and set aside.



Fill one pot

Add 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* to the large pot from step 2.

Break spaghetti in half and add to the pot.

Add diced onion and garlic, diced tomato, sugo and 4 g [8 g] vegetable stock powder* to the pot.



Cook the noodles

Add 500 ml [1.000 ml] hot water* to the pot, bring to the boil, cover, and cook on medium heat for 8-10 min. until the spaghetti is al dente.

Important: Stir at least every 2 min., otherwise the spaghetti will stick to the bottom of the pot.



For the cream cheese dumplings

Meanwhile, mix cream cheese with basil strips in a small bowl and season with salt* and pepper*.



Serve

When the spaghetti is cooked, season with salt* and pepper* and apportion onto plates. Using a spoon, remove small dumplings of the basil cream cheese and apportion onto the spaghetti.

Top with hard cheese flakes, toasted pine nuts and remaining basil 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!



Spaghetti avec une sauce tomate épicée et des boulettes de fromage frais au basilic

Végétarien One-Pot-Gericht Famille 25 - 35 minutes - 3.580 kj/856 kcal - Cuisiner au 3e jour

26



Spaghetti



Échalote



Gousse d'ail



Tomates



Basilic



Sugo de tomates



Pignons de pin



Fromage frais double crème



Fromage à pâte dure râpé



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

Ingrédients à toujours avoir chez soi

Bouillon de légumes en poudre*, eau*, huile d'olive*, sel*, poivre*

C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

Ce dont vous avez besoin

1 grande casserole avec couvercle et 1 bol.

Ingrédients pour 2 | 4 personnes

	2 portions	4 portions
Spaghetti 15)	1 x 270 g	2 x 270 g
Échalote	1 x 50 g	2 x 50 g
Gousse d'ail	1 x 4 g	2 x 4 g
Tomates	2 x 100 g	4 x 100 g
Basilic	1 x 10 g **	1 x 10 g
Sauce tomate 14)	1 x 200 g	2 x 200 g
Pignons de pin	2 x 10 g	4 x 10 g
Fromage frais double crème 7)	1 x 100 g	1 x 200 g
Fromage à pâte dure râpé 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
Bouillon de légumes en poudre*, 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	520 kJ/124 kcal	3.580 kJ/856 kcal
Lipides	4.62 g	31.86 g
- dont acides gras saturés	2.03 g	13.97 g
Glucides	16.15 g	111.28 g
- dont sucre	2.38 g	16.39 g
Protéines	4.13 g	28.49 g
Sel	0.257 g	1.773 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 (y compris le 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 500 ml [1.000 ml] d'eau* dans la bouilloire.

Éplucher l'échalote et l'ail et couper en petits dés.

Couper les tomates en dés de 2 cm, en retirant le trognon.

Effeuilier le basilic et couper la moitié en fines lamelles.



Griller les pignons de pin

Griller les pignons de pin dans une grande casserole sans ajouter de matière grasse 1 à 2 min. jusqu'à ce qu'un parfum agréable s'en dégage.

Retirer du feu et réserver.



Mélanger les ingrédients

Verser 1 cs [2 cs] d'huile* dans la grande casserole de l'étape 2.

Casser les spaghettis en deux et les mettre dans la casserole.

Ajouter les dés d'oignon et d'ail, les dés de tomate, le sugo et 4 g [8 g] de bouillon de légumes en poudre* dans la casserole.



Faire cuire les pâtes

Verser 500 ml [1.000 ml] d'eau chaude* dans la casserole, porter à ébullition et faire cuire à couvert à feu moyen 8 à 10 min. jusqu'à ce que les spaghetti soient al dente.

Important : remuer au moins toutes les 2 minutes, sinon les spaghetti collent au fond de la casserole.



Pour les boulettes au fromage frais

Entre-temps, mélanger le fromage frais dans un bol avec les lanières de basilic et assaisonner avec du sel* et du poivre*.



Dresser

Lorsque les spaghetti sont cuits, assaisonner avec du sel* et du poivre* et servir dans des assiettes. À l'aide d'une cuillère, prélever de petites boulettes de fromage frais au basilic et les répartir sur les spaghetti.

Garnir de flocons de fromage à pâte dure, de pignons de pin grillés et du reste de basilic et déguster.

Vous aimez HelloFresh ?

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

