

Paccheri mit Pistazien-Gremolata in zitroniger Rahmesauce, dazu Zucchettistifte

Vegetarisch **Zeit sparen** 15 Minuten • 693 kcal • Tag 5 kochen

28



frische Paccheri



Pistazien



Zucchini



Rosmarin



Knoblauchzehe



Zitrone



geriebener Hartkäse



Halbrahm



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*, Gemüsebouillonpulver*

Kochutensilien

1 grosse Bratpfanne, 1 kleine Schüssel, 1 Knoblauchpresse, 1 Sieb, und 1 Gemüseraffel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
frische Paccheri 15)	1 x 250 g	1 x 500 g
Pistazien 28)	1 x 10 g	1 x 20 g
Zucchetti	1 x 220 g	2 x 220 g
Rosmarin	0.5 x 4 g**	1 x 4 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
Zitrone	1 x 90 g**	1 x 90 g
geriebener Hartkäse 7) 8)	1 x 40 g	2 x 40 g
Halbrahm 7)	1 x 150 g	2 x 150 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. 390 g)
Brennwert	743 kJ/ 178 kcal	2898 kJ/ 693 kcal
Fett	7.91 g	30.84 g
- davon ges. Fettsäuren	2.91 g	11.34 g
Kohlenhydrate	19.88 g	77.53 g
- davon Zucker	2.35 g	9.16 g
Eiweiss	3.01 g	11.73 g
Salz	0.167 g	0.651 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 28) Pistazien

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



1 Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser*** im Wasserkocher.

Kochendes **Wasser*** in einen grossen Topf füllen, **salzen*** und aufkochen lassen.

Zucchetti in ca. 5 cm lange und 1 cm breite Stifte schneiden.

Knoblauch abziehen.

Zitrone heiss abwaschen und Schale abreiben.

Zitrone in 4 Spalten schneiden.



2 Für die Gremolata

In einer grossen Bratpfanne ohne Fettzugabe **Pistazien** 1 – 2 Min. rösten, herausnehmen und fein hacken.

Knoblauch in eine kleine Schüssel pressen, mit der Hälfte [gesamten] **Rosmarinnadeln**, 1 TL [2 TL] **Zitronenschale**, **Saft** aus 1 [2] **Zitronenspalte**, **Pistazien**, 1 EL [2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.



3 Nudeln kochen

Paccheri in das kochende **Wasser*** geben und für 3 – 5 Min. bissfest garen.

Währenddessen in einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Olivenöl*** erhitzen.

Zucchettistifte darin 3 – 5 Min. anbraten.



4 Ablöschen

Paccheri nach der Garzeit durch ein Sieb abgiessen und dabei 50 ml [100 ml] **Pastawasser*** auffangen.

Zucchettistifte mit dem **Pastawasser** und **Saft** aus 1 [2] **Zitronenspalte** ablöschen.



5 Sauce kochen

4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver***, 1 TL [2 TL] **Zitronenschale**, **Halbrahm** und die Hälfte des **geriebenen Hartkäses** in die Bratpfanne geben und für 2 – 3 Min. unter Rühren einköcheln.

Paccheri in die Bratpfanne geben und für 1 Min. kochen lassen.

Nach Belieben mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 Anrichten

Paccheri mit der **Sauce** auf einem Teller anrichten und mit dem restlichen **Hartkäse** und der **Pistazien-Zitronen-Gremolata** toppen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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





Paccheri with pistachio gremolata in lemony mascarpone sauce, served with courgette sticks

Vegetarian **Save time** 15 minutes • 693 kcal • Cook on day 5

28



Fresh paccheri



Pistachios



Courgette



Rosemary



Garlic clove



Lemon



Grated hard cheese



Single cream



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

Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

Basics from your kitchen*

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

Cooking utensils

1 large frying pan, 1 small bowl, 1 garlic press, 1 sieve and 1 vegetable grater.

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Fresh paccheri 15)	1 x	250 g	1 x	500 g
Pistachios 28)	1 x	10 g	1 x	20 g
Courgette	1 x	220 g	2 x	220 g
Rosemary	0.5 x	4 g**	1 x	4 g
Garlic clove	1 x	4 g	2 x	4 g
Lemon	1 x	90 g**	1 x	90 g
Grated hard cheese 7) 8)	1 x	40 g	2 x	40 g
Single cream 7)	1 x	150 g	2 x	150 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. 390 g)
Calories	743 kJ/ 178 kcal	2898 kJ/ 693 kcal
Fat	7.91 g	30.84 g
– of which saturated fats	2.91 g	11.34 g
Carbohydrate	19.88 g	77.53 g
– of which sugar	2.35 g	9.16 g
Protein	3.01 g	11.73 g
Salt	0.167 g	0.651 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 **28)** Pistachios.

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



1 Get prepped

Heat plenty of water* in the kettle.

Pour boiling water* into a large pot, add salt* and bring to the boil.

Cut the courgette into slices approx. 5 cm long and 1 cm thick.

Peel the garlic.

Wash the lemon with hot water and grate the zest.

Cut the lemon into 4 wedges.



2 For the gremolata

Toast the pistachios in a large frying pan without adding fat for 1–2 mins, then remove and chop finely.

Press the garlic into a small bowl and mix together with half of the rosemary, 1 tsp [2 tsp] lemon zest, juice from 1 [2] lemon wedges, pistachios, 1 tbsp [2 tbsp] olive oil*, salt* and pepper*.



3 Cook the pasta

Put the paccheri into the boiling water and cook for 3–5 mins until al dente.

In the meantime, heat 1 tbsp. [2 tbsp.] olive oil* in a large frying pan.

Fry the courgette sticks in the oil for 3–5 mins.



4 Deglaze

After cooking, drain the paccheri through a sieve, keeping 50 ml [100 ml] of the cooking water*.

Deglaze the courgette sticks with the pasta water and the juice

from 1 [2] lemon wedge(s).



5 Make the sauce

Add 4 g [8 g] vegetable stock powder*, 1 tsp [2 tsp] lemon zest, single cream and half of the grated hard cheese to the frying pan and simmer for 2–3 mins while stirring.

Add the paccheri to the frying pan and cook for 1 min.

Season with salt* and pepper* according to taste.



6 Serve

Plate the paccheri with the sauce and top with the remaining hard cheese and the pistachio and lemon gremolata.

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/



Paccheri à la gremolata de pistaches

dans une sauce citronnée à la crème, accompagnés de bâtonnets de courgette

Végétarien **Gain de temps** 15 minutes • 693 kcal • Cuisiner au 5e jour

28



Paccheri fraîches



Pistaches



Courgettes



Romarin



Gousse d'ail



Citron



Fromage à pâte dure râpé



Crème demi-écrémée



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

C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

Basiques dans votre cuisine*

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

Ustensiles de cuisine

1 grande poêle, 1 bol, 1 presse-ail, 1 passoire et 1 râpe à légumes.

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Paccheri fraîches 15)	1 x 250 g	1 x 500 g
Pistaches 28)	1 x 10 g	1 x 20 g
Courgettes	1 x 220 g	2 x 220 g
Romarin	0,5 x 4 g**	1 x 4 g
Gousse d'ail	1 x 4 g	2 x 4 g
Citron	1 x 90 g**	1 x 90 g
Fromage à pâte dure râpé 7) 8)	1 x 40 g	2 x 40 g
Crème demi-écrémée 7)	1 x 150 g	2 x 150 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. 390 g)
Valeur calorique	743 kJ/ 178 kcal	2898 kJ/ 693 kcal
Lipides	7,91 g	30,84 g
- dont acides gras saturés	2,91 g	11,34 g
Glucides	19,88 g	77,53 g
- dont sucre	2,35 g	9,16 g
Protéines	3,01 g	11,73 g
Sel	0,167 g	0,651 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 15) blé 28) pistaches.

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



Petite préparation

Chauffer une grande quantité d'eau* dans une bouilloire.

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

Couper les courgettes en bâtonnets de 5 cm de long et de 1 cm de largeur.

Peler l'ail.

Laver le citron à l'eau chaude et râper le zeste.

Couper le citron en 4.



Déglacer

Après la cuisson, égoutter les paccheri dans une passoire en récupérant 50 ml [100 ml] de l'eau* des pâtes.

Déglacer les bâtonnets de courgettes avec l'eau des pâtes et le jus de 1 [2] quartier(s) de citron.



Pour la gremolata

Faire griller les pistaches dans une grande poêle sans ajouter de matière grasse pendant 1 à 2 minutes, les retirer et les hacher finement.

Presser l'ail dans un bol, mélanger avec la moitié [la totalité] des aiguilles de romarin 1 cc [2 cc] de zeste de citron, le jus de 1 [2] quartier(s) de citron, les pistaches, 1 cs [2 cs] d'huile d'olive*, du sel* et du poivre*.



Faire cuire les pâtes

Verser ensuite les paccheri dans l'eau* bouillante et faire cuire al dente env. 3 à 5 min.

Pendant ce temps, chauffer 1 cs [2 cs] d'huile d'olive* dans une grande poêle.

et faire revenir les bâtonnets de courgettes 3 à 5 min.

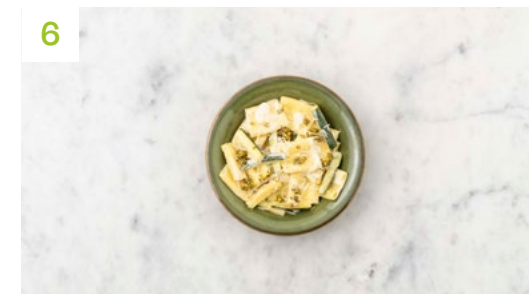


Préparer la sauce

Ajouter 4 g [8 g] de bouillon de légumes en poudre*, 1 cc [2 cc] de zeste de citron, la crème demi-écrémée et la moitié du fromage à pâte dure râpé dans la poêle et laisser mijoter 2 à 3 min en remuant.

Mettre les paccheri dans la poêle et laisser cuire pendant 1 minute.

Assaisonner avec du sel* et du poivre* selon les goûts.



Dresser

Dresser les paccheri avec la sauce sur une assiette et garnir avec le reste du fromage à pâte dure et la gremolata aux pistaches et au citron.

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 !

