

# Farfalle Caprese mit Büffelmozzarella

Zucchetti, Cherry-Tomaten und Basilikum

Vegetarisch Family 30 – 40 Minuten • 951 kcal • Tag 5 kochen



Farfalle



Knoblauchzehe



Zucchetti



Frischecreme



Tomatenpesto



Basilikum



Büffelmozzarella



Cherry-Tomaten



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

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Öl\*, Pfeffer\*, Salz\*, Gemüsebouillonpulver\*

## Kochutensilien

1 grossen Topf mit Deckel, 1 grosse Bratpfanne mit Deckel, 1 hohes Rührgefäss und 1 Sieb

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Farfalle <b>15)</b>	1 x 270 g	1 x 500 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g**	1 x 4 g
Zucchini	1 x 220 g	2 x 220 g
Frischcreme <b>7)</b>	1 x 100 g	1 x 200 g
Tomatenpesto <b>14)</b>	1 x 50 g	2 x 50 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 g
Büffelmozzarella <b>7)</b>	1 x 125 g	2 x 125 g
Cherry-Tomaten	1 x 125 g	1 x 250 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. 460 g)
Brennwert	867 kJ/ 207 kcal	3978 kJ/ 951 kcal
Fett	7.44 g	34.16 g
- davon ges. Fettsäuren	4.44 g	20.39 g
Kohlenhydrate	22.39 g	102.76 g
- davon Zucker	2.46 g	11.31 g
Eiweiss	7.31 g	33.57 g
Salz	0.472 g	2.166 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)

**14)** Schwefeldioxyde und Sulfite **15)** Weizen

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



## Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher. Einen grossen Topf mit dem heissem **Wasser\*** füllen, **salzen\*** und einmal aufkochen lassen.

**Farfalle** darin ca. 12 Min. (oder nach eigenem Geschmack) bissfest garen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.

**Pasta** nach der Garzeit durch ein Sieb abgiessen.



## In der Zwischenzeit

**Knoblauch** abziehen und fein würfeln.

**Basilikumblätter** abzupfen. Ein paar Blätter zur Dekoration beiseitelegen und den Rest fein hacken.

Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** längs halbieren und in 0.5 cm dünne Halbmonde schneiden.

**Cherry-Tomaten** halbieren.



## Für den Frischkäse

In einem hohen Rührgefäss **Frischkäse**, **Tomatenpesto**, 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver\*** und **Basilikum** mischen und mit etwas **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Zutaten anbraten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl\*** erhitzen und darin **Zucchettihalbmonde**, gewürfelten **Knoblauch** 3 – 4 Min. anbraten. Hitze reduzieren, Bratpfanneninhalt mit **Frischkäse-Mischung** ablöschen und kurz vermengen.



## Pasta vollenden

Währenddessen **Büffelmozzarella** in mundgerechte Stücke zupfen.

**Pasta** und **Cherry-Tomaten** in die Bratpfanne zum **Gemüse** mit der **Sauce** geben und vermengen.

**Pasta** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Bratpfanneninhalt** mit **Mozzarellastücken** toppen, Deckel aufsetzen und 1 – 2 Min. erhitzen, bis der **Käse** zerlaufen ist.



## Anrichten

Fertige **Pasta** auf Teller verteilen, mit restlichem **Basilikum** bestreuen und geniessen.

## En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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



# Farfalle caprese with buffalo mozzarella, courgette, cherry tomatoes and basil

Vegetarian Family 30–40 minutes • 951 kcal • Cook on day 5



Farfalle



Garlic clove



Courgette



Vegan cream cheese



Tomato pesto



Basil



Buffalo mozzarella



Cherry tomatoes



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

# Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

## Basics from your kitchen\*

Oil\*, salt\*, pepper\*, vegetable stock powder\*

## Cooking utensils

1 large pot with lid, 1 large frying pan with lid, 1 tall mixing bowl and 1 sieve.

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Farfalle <b>15</b> )	1 x	270 g	1 x	500 g
Garlic clove	1 x	4 g**	1 x	4 g
Courgette	1 x	220 g	2 x	220 g
Vegan cream cheese <b>7</b> )	1 x	100 g	1 x	200 g
Tomato pesto <b>14</b> )	1 x	50 g	2 x	50 g
Basil	1 x	10 g**	1 x	10 g
Buffalo mozzarella <b>7</b> )	1 x	125 g	2 x	125 g
Cherry tomatoes	1 x	125 g	1 x	250 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. 460 g)
Calories	867 kJ/ 207 kcal	3978 kJ/ 951 kcal
Fat	7.44 g	34.16 g
– of which saturated fats	4.44 g	20.39 g
Carbohydrate	22.39 g	102.76 g
– of which sugar	2.46 g	11.31 g
Protein	7.31 g	33.57 g
Salt	0.472 g	2.166 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) **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!)



## Preparation

Heat up plenty of water in the kettle. Fill a large pot with the hot water\*, add salt\* and bring to the boil.

Cook the farfalle for about 12 min. (or according to your own taste) until al dente.

In the meantime, continue with the recipe.

Once cooked, drain the pasta in a sieve.



## In the meantime

Peel and finely chop the garlic.

Pluck the basil leaves. Set aside a few leaves for decoration and finely chop the rest.

Cut the ends off the courgette, halve it lengthways, then slice it into half-moons 0.5 cm thick.

Cut the cherry tomatoes in half.



## For the cream cheese

In a tall mixing bowl, mix the cream cheese, tomato pesto, 4 g [8 g] vegetable stock powder\* and basil, and season with a little salt\* and pepper\*.



## Sauté the ingredients

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in a large frying pan and sauté the courgettes and chopped garlic for 3–4 min.

Reduce the heat, deglaze the pan with the cream cheese mixture, and mix briefly.



## Finish the pasta

In the meantime, pluck the buffalo mozzarella into bite-sized pieces.

Add the pasta and cherry tomatoes to the vegetables in the pan and mix with the sauce. Season the pasta with salt\* and pepper\*. Top the contents of the pan with the mozzarella pieces, cover and heat for 1–2 min. until cheese has melted.



## Serve

Apportion the finished pasta onto plates, sprinkle with the rest of the 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/](http://www.hellofresh.ch/freunde/)



# Farfalle « Caprese » avec mozzarella de bufflonne courgettes, tomates cerises et basilic

Végétarien Famille 30 – 40 minutes • 951 kcal • Cuisiner au 5e jour



Farfalle



Gousse d'ail



Courgettes



Crème fraîche



Pesto de tomates



Basilic



Mozzarella de bufflonne



Tomates cerises



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

# C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

## Basiques dans votre cuisine\*

huile\*, sel\*, poivre\*, bouillon de légumes en poudre\*

## Ustensiles de cuisine

1 grande casserole avec couvercle, 1 grande poêle avec couvercle, 1 bol mélangeur et 1 passoire.

## Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Farfalle <b>15)</b>	1 x 270 g	1 x 500 g
Gousse d'ail	1 x 4 g**	1 x 4 g
Courgettes	1 x 220 g	2 x 220 g
Crème fraîche <b>7)</b>	1 x 100 g	1 x 200 g
Pesto de tomates <b>14)</b>	1 x 50 g	2 x 50 g
Basilic	1 x 10 g**	1 x 10 g
Mozzarella de bufflonne <b>7)</b>	1 x 125 g	2 x 125 g
Tomates cerises	1 x 125 g	1 x 250 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. 460 g)
Valeur calorique	867 kJ/ 207 kcal	3978 kJ/ 951 kcal
Lipides	7,44 g	34,16 g
- dont acides gras saturés	4,44 g	20,39 g
Glucides	22,39 g	102,76 g
- dont sucre	2,46 g	11,31 g
Protéines	7,31 g	33,57 g
Sel	0,472 g	2,166 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) **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 !)



## Préparation

Chauffer une grande quantité d'eau dans la bouilloire. Remplir une grande casserole d'eau bouillante\*, saler\* légèrement et porter à ébullition.

Faire cuire les farfalles environ 12 min. (ou selon les goûts) jusqu'à ce qu'elles soient al dente.

Pendant ce temps, continuer la recette.

À la fin du temps de cuisson, égoutter les pâtes dans la passoire.



## Pendant ce temps

Peler l'ail et le couper en petits dés.

Arracher les feuilles de basilic. Mettre de côté quelques feuilles pour la décoration et hacher finement le reste.

Couper les extrémités de la courgette, la couper dans le sens de la longueur, puis en demi-lunes d'env. 0,5 cm.

Couper en deux les **tomates** cerises.



## POUR LE FROMAGE FRAIS

Mélanger le fromage frais, le **pesto de tomates**, 4 g [8 g] de **bouillon de légumes en poudre\*** et le basilic dans un bol mélangeur haut et assaisonner avec un peu de sel\* et de poivre\*.



## Faire revenir les ingrédients

Dans une grande poêle, chauffer 1 cs [2 cs] d'huile\* et faire revenir les **demi-lunes de courgette**, les dés d'ail 3 à 4 min. Réduire le feu, déglacer le contenu de la poêle avec le mélange de fromage frais et mélanger brièvement.



## Finir les pâtes

Pendant ce temps, râper la **mozzarella** de bufflonne en petits morceaux.

Ajouter les pâtes et les **tomates** cerises aux légumes avec la sauce dans la poêle et mélanger le tout. Saler\* et poivrer\* les pâtes. Recouvrir le **contenu** de la poêle de morceaux de **mozzarella**, mettre le couvercle et faire chauffer pendant 1 à 2 min jusqu'à ce que le fromage soit fondu.



## Dresser

Répartir le gratin de farfalles sur les assiettes, parsemer du reste de basilic 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/](http://www.hellofresh.ch/freunde/)

