

# Käsig-cremiger Paccheri-Auflauf mit Broccoli und Petersilien-Topping

10 Min. Vorbereitung Family Vegetarisch 35 – 45 Minuten • 858 kcal • Tag 5 kochen

29



Broccoli



Reibekäse aus Saland



Knoblauchzehe



Halbrahm aus Saland



Petersilie, glatt



Gewürzmischung  
„Hello Paprika“



Hartkäse ital. Art, geraspelt



frische Paccheri



gerebelter Thymian



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

# Los geht's

Wasche das Gemüse und die Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Wasser\*, Pfeffer\*, Öl\*, Gemüsebouillonpulver\*

## Kochutensilien

1 Aluminiumfolie, 1 Auflaufform, 1 Backblech mit Backpapier und 1 grosse Schüssel

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Broccoli	1 x 250 g	1 x 500 g
Reibekäse aus Saland 7)	1 x 100 g	2 x 100 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
Halbrahm aus Saland 7)	1.5 x 150 g**	2 x 150 g
Petersilie, glatt	1 x 10 g	1 x 20 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	1 x 4 g	2 x 4 g
Hartkäse ital. Art, geraspelt 7) 8)	1 x 40 g	2 x 40 g
frische Paccheri 15)	1 x 250 g	1 x 500 g
geriebener Thymian	0.5 x 1 g**	1 x 1 g

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

## Durchschnittliche Nährwerte pro

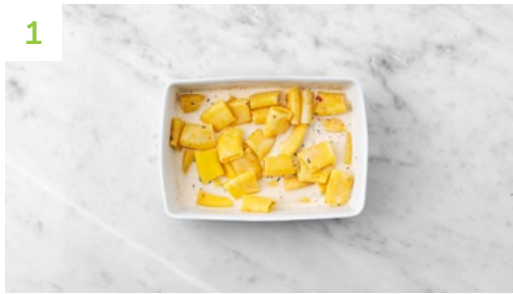
(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 550 g)
Brennwert	653 kJ/ 156 kcal	3591 kJ/ 858 kcal
Fett	7.7 g	42.2 g
- davon ges. Fettsäuren	2.4 g	13.1 g
Kohlenhydrate	14.2 g	77.9 g
- davon Zucker	4.2 g	23.1 g
Eiweiss	5 g	27.7 g
Salz	0.4 g	2.18 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!)



## Auflauf vorbereiten

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

In einem Wasserkocher 200 ml [ 400 ml] **Wasser\*** erhitzen.

**Thymianblätter** fein hacken.

In einer Auflaufform **Halbrahm**, „**Hello Paprika**“, 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver\***, **Thymian**, **Pfeffer\*** und 200 ml [400 ml] heisses **Wasser\*** vermengen.

**Pasta** untermengen und Auflaufform mit einem ausreichend grossen Bogen Aluminiumfolie abdecken, sodass alles dicht abgeschlossen ist.



## Auflauf backen

Bedeckte Auflaufform auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben.

Im vorgeheizten Ofen 20 – 25 Min. abgedeckt backen.



## Broccoli vorbereiten

Während der Backzeit, **Broccoli** in mundgerechte **Röschen** teilen.

In einer grossen Schüssel **Broccoli**, die Hälfte des **Hartkäses**, 1 EL [2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen.



## Broccoli und Käse dazugeben

**Broccoli** neben der Auflaufform gleichmässig verteilen und 15 Min. backen.



## Alles fertigbacken

Alufolie von der Auflaufform vorsichtig abziehen. **Gouda** und restlichen **Hartkäse** darüber streuen.

Alles wieder in den Ofen geben und mit der Grillfunktion 2 – 3 Min backen, bis der **Broccoli** leicht gebräunt und weich und der Auflauf goldbraun ist.



## Anrichten

**Käsig-cremigen** Auflauf auf Teller verteilen. **Broccoli** daneben anrichten.

## En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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



# Cheesy, creamy paccheri casserole with broccoli and parsley topping

10 min. preparation Family Vegetarian 35–45 minutes • 858 kcal • Cook on day 5

29



Broccoli



Grated cheese from Saland



Garlic clove



Single cream from Saland



Flat leaf parsley



“Hello Paprika” spice mix



Flaked Italian-style hard cheese



Fresh paccheri



Dried thyme



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

# Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

## Basics from your kitchen\*

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

## Cooking utensils

1 aluminium foil, 1 oven dish, 1 baking tray with baking paper and 1 large bowl

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Broccoli	1 x	250 g	1 x	500 g
Grated cheese from Saland <b>7)</b>	1 x	100 g	2 x	100 g
Garlic clove	1 x	4 g	2 x	4 g
Single cream from Saland <b>7)</b>	1.5 x	150 g**	2 x	150 g
Flat leaf parsley	1 x	10 g	1 x	20 g
"Hello Paprika" spice mix	1 x	4 g	2 x	4 g
Flaked Italian-style hard cheese <b>7) 8)</b>	1 x	40 g	2 x	40 g
Fresh paccheri <b>15)</b>	1 x	250 g	1 x	500 g
Dried thyme	0.5 x	1 g**	1 x	1 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

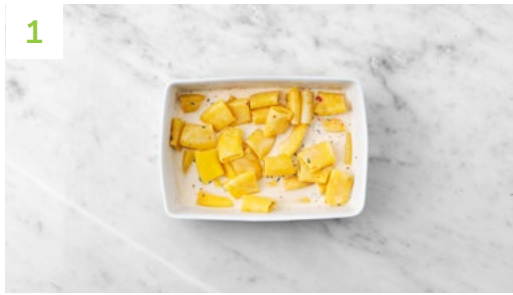
(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 550 g)
Calories	653 kJ/156 kcal	3591 kJ/858 kcal
Fat	7.7 g	42.2 g
– of which saturated fats	2.4 g	13.1 g
Carbohydrate	14.2 g	77.9 g
– of which sugar	4.2 g	23.1 g
Protein	5 g	27.7 g
Salt	0.4 g	2.18 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!)



## 1 Prepare the casserole

Preheat the oven to 220 °C top/bottom heat (200 °C fan oven).

Heat 200 ml [400 ml] water\* in a kettle.

Finely chop the thyme leaves.

In an oven dish, mix the single cream, "Hello Paprika", 4 g [8 g] vegetable stock powder\*, thyme, pepper\* and 200 ml [400 ml] hot water\*.

Add the pasta and cover the oven dish with a large enough sheet of aluminium foil to tightly seal it.



## 2 Bake the casserole

Put the covered oven dish on a baking tray lined with baking paper.

Bake in the preheated oven for 20–25 min.



## 3 Prepare the broccoli

During the baking time, divide the broccoli into bite-sized florets.

In a large bowl, mix the broccoli with half of the hard cheese, 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\*, salt\* and pepper\*.



## 4 Add the broccoli and cheese

Spread the broccoli evenly alongside the oven dish and bake for 15 min.



## 5 Finish baking

Carefully remove the foil from the oven dish. Sprinkle with the gouda and the remaining hard cheese.

Return to the oven and grill for 2–3 min. until the broccoli is soft and lightly browned and the casserole is golden brown.



## 6 Serve

Apportion the casserole on plates. Arrange the broccoli alongside.

**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!)



# Gratin de paccheri crémeux au fromage avec du brocoli saupoudré de persil

Préparation en 10 min **Famille** Végétarien 35 – 45 minutes • 858 kcal • Cuisiner au 5e jour

29



Brocoli



Fromage râpé de Saland



Gousse d'ail



Crème demi-écrémée de Saland



Persil, plat



Mélange d'épices « Hello Paprika »



Fromage italien à pâte dure râpé



Paccheri fraîches



Thym moulu



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

# C'est parti

Laver les légumes et les herbes.

## Basiques dans votre cuisine\*

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

## Ustensiles de cuisine

Papier aluminium, 1 moule à gratin, 1 plaque de four avec papier sulfurisé et 1 saladier

## Ingrédients pour 2 à

### 4 personnes

	2 portions	4 portions
Brocoli	1 x 250 g	1 x 500 g
Fromage râpé de Saland <b>7</b> )	1 x 100 g	2 x 100 g
Gousse d'ail	1 x 4 g	2 x 4 g
Crème demi-écrémée de Saland <b>7</b> )	1,5 x 150 g**	2 x 150 g
Persil, plat	1 x 10 g	1 x 20 g
Mélange d'épices « Hello Paprika »	1 x 4 g	2 x 4 g
Copeaux de fromage italien à pâte dure <b>7 8</b> )	1 x 40 g	2 x 40 g
Paccheri fraîches <b>15</b> )	1 x 250 g	1 x 500 g
Thym moulu	0,5 x 1 g**	1 x 1 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

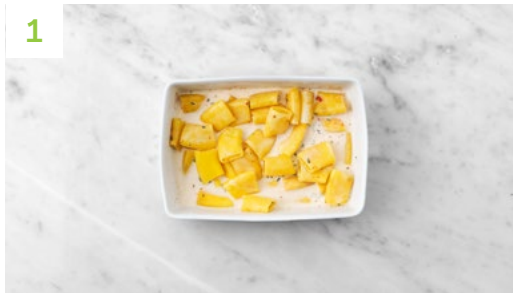
(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 550 g)
Valeur calorique	653 kJ/ 156 kcal	3591 kJ/ 858 kcal
Lipides	7,7 g	42,2 g
– dont acides gras saturés	2,4 g	13,1 g
Glucides	14,2 g	77,9 g
– dont sucre	4,2 g	23,1 g
Protéines	5 g	27,7 g
Sel	0,4 g	2,18 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 Préparer le gratin

Préchauffer le four à 220 °C chaleur supérieure/inférieure (chaleur tournante 200 °C).

Dans une bouilloire, chauffer 200 ml [400 ml] d'eau\*.

Hacher finement les feuilles de thym.

Dans un moule à gratin, mélanger la crème demi-écrémée, le « Hello Paprika », 4 g [8 g] de bouillon de légumes en poudre\*, du thym, du poivre\* et 200 ml [400 ml] d'eau\* chaude.

Incorporer les pâtes et couvrir le moule à gratin d'une feuille de papier aluminium d'une taille suffisante pour recouvrir la totalité du plat.



## 2 Faire gratiner le gratin

Déposer le moule à gratin recouvert sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé.

Dans le four préchauffé, enfourner 20 à 25 min.



## 3 Préparer le brocoli

Pendant le temps de cuisson, couper le brocoli en petits bouquets.

Dans un saladier, mélanger le brocoli, la moitié du fromage à pâte dure, 1 cs [2 cs] d'huile\*, du poivre\* et du sel\*.



## 4 Ajouter le brocoli et le fromage

Répartir uniformément le brocoli à côté du moule à gratin et cuire 15 min.



## 5 Finir la cuisson

Retirer avec précaution le papier aluminium du moule à gratin. Saupoudrer de gouda et du reste de fromage à pâte dure.

Remettre le tout dans le four et cuire 2 à 3 min avec la fonction gril, jusqu'à ce que le brocoli soit légèrement doré et tendre, et que le gratin soit doré.



## 6 Dresser

Répartir le gratin crémeux au fromage sur des assiettes. Dresser le brocoli à côté.

## 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/)

