

# Penne mit Basilikumsauce und Ofengemüse getoppt mit Pinienkernen und Hartkäse

Family Vegetarisch 30 – 40 Minuten • 867 kcal • Tag 5 kochen



Penne



Halbrahm aus Saland



Basilikum



Eschalotte



Knoblauchzehe



Hartkäse ital. Art, geraspelt



Pinienkerne



Lauch



Gewürzmischung  
„Hello Buon Appetito“



Getrocknete Tomaten  
mit Kräutern



Rüebli



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

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

## Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 Knoblauchpresse, 1 hohes Rührgefäss, 1 Stabmixer, 1 grosser Topf, 2 Sieb und 1 kleiner Topf

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Penne <b>15)</b>	1 x 270 g	1 x 500 g
Halbrahm aus Saland <b>7)</b>	1 x 150 g	2 x 150 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 g
Eschalotte	1 x 50 g	2 x 50 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g**	1 x 4 g
Hartkäse Ital. Art, geraspelt <b>7) 8)</b>	1 x 40 g	2 x 40 g
Pinienkerne	1 x 20 g	2 x 20 g
Lauch	1 x 200 g	2 x 200 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	1 x 2 g	1 x 4 g
Getrocknete Tomaten mit Kräutern	1 x 50 g	1 x 100 g
Rüebli	2 x 100 g	4 x 100 g

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

## Durchschnittliche Nährwerte pro

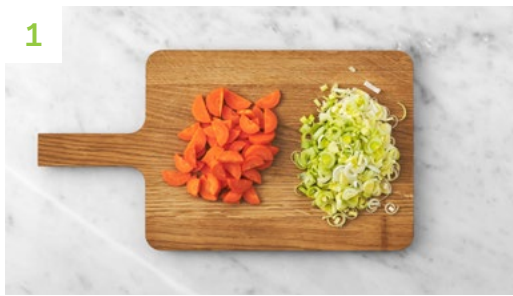
(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 530 g)
Brennwert	685 kJ/ 164 kcal	3628 kJ/ 867 kcal
Fett	5.6 g	29.9 g
– davon ges. Fettsäuren	2.5 g	13.2 g
Kohlenhydrate	21.7 g	114.9 g
– davon Zucker	3.9 g	20.7 g
Eiweiss	5.9 g	31.2 g
Salz	0.48 g	2.56 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!)



## 1 Gemüse schneiden

Erhitze reichlich **Wasser\*** im Wasserkocher.

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

**Rüebli** nach Belieben schälen, längs halbieren und in 0.5 cm Halbmonde schneiden.

**Lauch** längs halbieren, gründlich auswaschen und in 0.5 cm Halbmonde schneiden.



## 2 Gemüse backen

**Lauch** und **Rüebli** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (dabei etwas Platz für die **Pinienkerne** lassen).

**Knoblauch** abziehen, dazupressen und alles mit 1 EL [2 EL] **Öl\***, etwas **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen.

Im Ofen 14 – 17 Min. backen, bis das **Gemüse** weich und leicht gebräunt ist.



## 3 Pasta kochen

In einen grossen Topf reichlich heisses **Wasser\*** füllen, kräftig **salzen\*** und aufkochen.

**Pasta** hinzugeben und 10 – 11 Min. bissfest garen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.

In den letzten 2 Min. der Gemüse-Backzeit die **Pinienkerne** mit auf das Backblech geben.



## 4 Für die Sauce

Blätter vom **Basilikum** abzupfen.

In einem hohen Rührgefäss **Halbrahm**, **Basilikumblätter** (etwas für die Dekoration beiseitelegen), 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver\***, „Hello Buon Appetito“ und 50 ml [100 ml] **Wasser\*** mit einem Stabmixer pürieren.



## 5 Sauce kochen

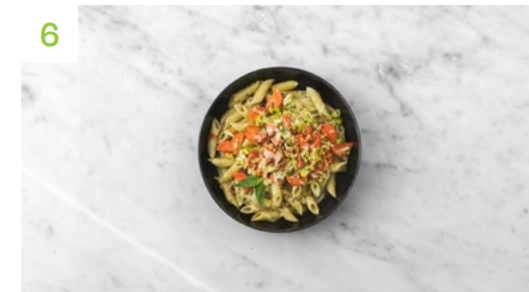
**Eschalotte** halbieren, abziehen und fein hacken.

**Getrocknete Tomaten** fein hacken.

In einem kleinen Topf 1 EL [2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Zwiebel** und **getrocknete Tomaten** hinzufügen und ca. 1 Min. anschwitzen. Mit vorbereitetem **Rahmmix** ablöschen und ca. 1 Min. kochen.

**Pasta** durch ein Sieb abgiessen und gleich zurück in den grossen Topf geben. **Sauce** zu der **Pasta** in den Topf geben.

Hälfte vom **Hartkäse** hinzufügen und gut vermengen.



## 6 Anrichten

**Pasta** mit **Sauce** auf Tellern anrichten und mit dem **Ofengemüse**, restlichem **Hartkäse** und **Pinienkernen** toppen.

## En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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



# Penne with basil sauce and baked vegetables topped with pine nuts and hard cheese

Family Vegetarian 30–40 minutes • 867 kcal • Cook on day 5



Penne



Single cream from Saland



Basil



Shallots



Garlic clove



Flaked Italian-style hard cheese



Pine nuts



Leek



"Hello Buon Appetito" spice mix



Dried tomatoes with herbs



Carrots



# Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

## Basics from your kitchen\*

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

## Cooking utensils

1 baking tray with baking paper, 1 garlic press, 1 tall mixing bowl, 1 hand blender, 1 large pot, 2 sieves and 1 small pot

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Penne <b>15</b>	1 x	270 g	1 x	500 g
Single cream from Saland <b>7</b>	1 x	150 g	2 x	150 g
Basil	1 x	10 g**	1 x	10 g
Shallots	1 x	50 g	2 x	50 g
Garlic clove	1 x	4 g**	1 x	4 g
Flaked Italian-style hard cheese <b>7</b> <b>8</b>	1 x	40 g	2 x	40 g
Pine nuts	1 x	20 g	2 x	20 g
Leek	1 x	200 g	2 x	200 g
"Hello Buon Appetito" spice mix	1 x	2 g	1 x	4 g
Dried tomatoes with herbs	1 x	50 g	1 x	100 g
Carrots	2 x	100 g	4 x	100 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. 530 g)
Calories	685 kJ/164 kcal	3628 kJ/867 kcal
Fat	5.6 g	29.9 g
– of which saturated fats	2.5 g	13.2 g
Carbohydrate	21.7 g	114.9 g
– of which sugar	3.9 g	20.7 g
Protein	5.9 g	31.2 g
Salt	0.48 g	2.56 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 Chop the vegetables

Heat plenty of water in the kettle.

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

Peel the carrots if you want, halve them lengthways, then cut them into 0.5 cm half-moons.

Halve the leek lengthways, rinse thoroughly and chop into 0.5 cm half-moons.



## 2 Bake the vegetables

Spread the leek and carrots on a baking tray lined with baking paper, leaving some room for the pine nuts.

Peel the garlic, press it in, and mix with 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\*, some salt\* and pepper\*.

Bake for 14–17 min. until the vegetables are soft and slightly browned.



## 3 Cook the pasta

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

Add the pasta and cook for 10–11 min. until al dente.

Meanwhile, continue with the recipe.

Add the pine nuts to the baking tray with the vegetables for the last 2 min.



## 4 For the sauce

Pluck the leaves from the basil.

In a tall mixing bowl, use a hand blender to mix the single cream, basil leaves (leave some for decoration), 4 g [8 g] vegetable stock powder\*, "Hello Buon Appetito" and 50 ml [100 ml] water\*.



## 5 Make the sauce

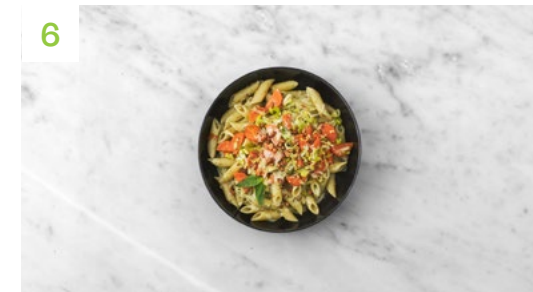
Halve, peel and finely chop the shallots.

Finely chop the dried tomatoes.

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in a small pot. Add the onion and dried tomatoes and gently sauté for about 1 min. Deglaze the with prepared cream mixture and cook for about 1 min.

Drain the pasta in a sieve and immediately return it to the large pot. Add the sauce to the pasta in the pot.

Add half of the hard cheese and mix well.



## 6 Serve

Apportion the pasta and sauce on plates and top with the baked vegetables, remaining hard cheese and pine nuts.

## 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/)



# Penne à la sauce basilic et légumes rôtis, parsemés de pignons de pin et de fromage à pâte dure

Famille Végétarien 30 – 40 minutes • 867 kcal • Cuisiner au 5e jour

6



Penne



Crème demi-écrémée de Saland



Basilic



Échalotes



Gousse d'ail



Copeaux de fromage italien à pâte dure



Pignons de pin



Poireau



Mélange d'épices « Hello Buon Appetito »



Tomates séchées aux herbes



Carottes

# C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

## Basiques dans votre cuisine\*

Huile\*, bouillon de légumes en poudre\*, sel\*, eau\*, poivre\*

## Ustensiles de cuisine

1 plaque de four recouverte de papier sulfurisé, 1 presse-ail, 1 bol mélangeur haut, 1 mixeur, 1 grande casserole, 2 passoires et 1 petite casserole

## Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Penne <b>15</b>	1 x 270 g	1 x 500 g
Crème demi-écrémée de Saland <b>7</b>	1 x 150 g	2 x 150 g
Basilic	1 x 10 g**	1 x 10 g
Échalote	1 x 50 g	2 x 50 g
Gousse d'ail	1 x 4 g**	1 x 4 g
Copeaux de fromage italien à pâte dure <b>7 8</b>	1 x 40 g	2 x 40 g
Pignons de pin	1 x 20 g	2 x 20 g
Poireau	1 x 200 g	2 x 200 g
Mélange d'épices « Hello Buon Appetito »	1 x 2 g	1 x 4 g
Tomates séchées aux herbes	1 x 50 g	1 x 100 g
Carottes	2 x 100 g	4 x 100 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. 530 g)
Valeur calorique	685 kJ/ 164 kcal	3628 kJ/ 867 kcal
Lipides	5,6 g	29,9 g
- dont acides gras saturés	2,5 g	13,2 g
Glucides	21,7 g	114,9 g
- dont sucre	3,9 g	20,7 g
Protéines	5,9 g	31,2 g
Sel	0,48 g	2,56 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. Préchauffer le four à 220 °C chaleur supérieure/inférieure (chaleur tournante 200 °C).

Éplucher (si souhaité) les carottes, les couper en deux dans la longueur et les débiter en demi-lunes de 0,5 cm.

Fendre le poireau en deux dans le sens de la longueur, bien laver et couper en demi-lunes de 0,5 cm.



### 2 Cuire les légumes

Répartir le poireau et les carottes sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé (laisser un peu de place pour les pignons de pin).

Éplucher l'ail, le presser et mélanger le tout avec 1 cs [2 cs] d'huile\*, un peu de sel\* et du poivre\*.

Enfourner 14 à 17 min jusqu'à ce que les légumes soient tendres et légèrement dorés.



### 3 Faire cuire les pâtes

Remplir une grande casserole d'une grande quantité d'eau\* chaude, bien saler\* et porter à ébullition.

Ajouter les pâtes et les cuire al dente 10 à 11 min.

Pendant ce temps, continuer la recette.

Dans les 2 dernières minutes du temps de cuisson des légumes, ajouter les pignons de pin sur la plaque de four.



### 4 Pour la sauce

Effeuilier le basilic.

Dans un bol mélangeur haut, réduire en purée la crème demi-écrémée, les feuilles de basilic (en réserver un peu pour la décoration), 4 g [8 g] de bouillon de légumes en poudre\*, du « Hello Buon Appetito » et 50 ml [100 ml] d'eau\* avec un mixeur.



### 5 Préparer la sauce

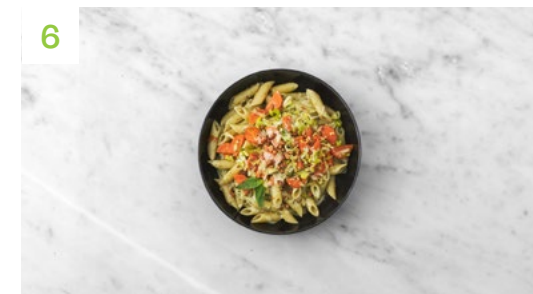
Couper l'échalote en deux, l'éplucher, puis la couper finement.

Hacher finement les tomates séchées.

Dans une petite casserole, faire chauffer 1 cs [2 cs] d'huile\*. Ajouter l'oignon et les tomates séchées et faire suer env. 1 min. Déglacer avec le mélange de crème préparé et faire cuire env. 1 min.

Égoutter ensuite les pâtes dans une passoire, puis les remettre tout de suite dans la casserole. Ajouter la sauce aux pâtes dans la casserole.

Ajouter la moitié du fromage à pâte dure et bien mélanger.



### 6 Dresser

Disposer les pâtes avec la sauce sur des assiettes et garnir avec les légumes cuits au four, le reste du fromage à pâte dure et des pignons de pin.

## 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/)

