

Fiorelli mit Pilzfüllung in Spinatrahm getoppt mit Hartkäse, Pinienkernen und Chili-Öl

Vegetarisch Family 25 – 35 Minuten • 981 kcal • Tag 3 kochen



Fiorelli mit Pilzfüllung



Halbrahm aus Saland



Babyspinat



braune Champignons



Hartkäse ital. Art, geraspelt



Hartkäse ital. Art, gerieben



Pinienkerne



milder Chili-Mix



Gewürzmischung
„Hello Muskat“



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Pfeffer*, Wasser*, Salz*

Kochutensilien

1 Stabmixer, 1 grosse Bratpfanne, 2 grosser Topf, 1 Sieb und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Fiorelli mit Pilzfüllung 7) 8) 15)	1 x 450 g	1 x 600 g
Halbrahm aus Saland 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Babyspinat	1 x 75 g	1 x 150 g
braune Champignons	1 x 150 g	1 x 300 g
Hartkäse ital. Art, geraspelt 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
Pinienkerne	1 x 10 g	1 x 20 g
milder Chili-Mix	1 x 2 g	1 x 4 g
Gewürzmischung „Hello Muskat“ 10)	1 x 5 g	2 x 5 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. 480 g)
Brennwert	862 kJ/ 206 kcal	4103 kJ/ 981 kcal
Fett	9.2 g	43.7 g
– davon ges. Fettsäuren	3 g	14.5 g
Kohlenhydrate	22.5 g	107.1 g
– davon Zucker	1.2 g	5.8 g
Eiweiss	7.6 g	36.4 g
Salz	0.7 g	3.35 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 **10)** Sellerie **15)** Weizen

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



1 Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

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

In einer kleinen Schüssel 1 EL [2 EL] **Öl*** mit **Chili-Mix** nach Belieben (**Achtung: scharf!**) verrühren.

Champignons in 0.5 cm Scheiben schneiden.



2 Champignons braten

In einer grossen Bratpfanne ohne Fettzugabe **Pinienkerne** 2 – 3 Min. rösten, bis sie anfangen zu bräunen. Herausnehmen.

In der Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** erhitzen. **Champignons** darin 3 – 4 Min. braten, bis sie weich und gebräunt sind. Bratpfanne vom Herd nehmen.



3 Sauce zubereiten

In einem zweiten grossen Topf **Halbrahm**, 50 ml [100 ml] **Wasser*** und „Hello Muskat“ 1 Min. aufkochen lassen. Hälfte vom **Babyspinat** unterheben und zusammenfallen lassen.

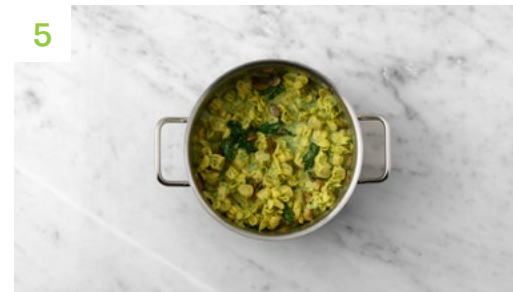
Geriebenen **Hartkäse** dazugeben und alles mit einem Stabmixer zu einer glatten **Sauce** mixen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



4 Pasta kochen

Fiorelli in den Topf aus Schritt 1 geben und im kochenden **Wasser** 5 – 6 Min. gar ziehen lassen. Danach durch ein Sieb abgiessen.

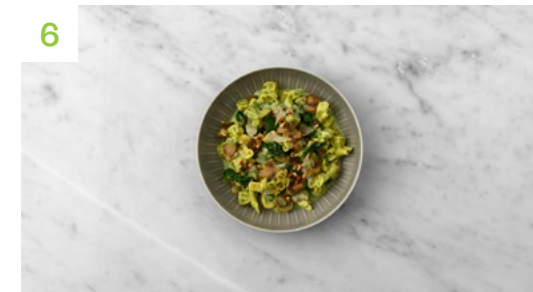
Tipp: Sobald die **Fiorelli** im Wasser sind, **Wasser nicht mehr kochen lassen, sonst platzen sie auf.**



5 Pasta vollenden

Sauce noch mal aufkochen und restlichen **Spinat** dazugeben, bis der gesamte **Spinat** zusammengefallen ist.

Gekochte **Pasta** und **Champignons** mit der **Sauce** vermengen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 Anrichten

Pasta auf tiefe Teller verteilen und mit **Chili-Öl**, **Pinienkernen** und **geraspeltem Hartkäse** toppen.

En Guete!

milder Chili-Mix

Sei etwas vorsichtig beim Würzen mit unserem milden Chili-Mix. Trotz seines Namens kann der Schärfegrad variieren. Starte mit weniger Chili-Mix und taste Dich an Deine Wohlfühl-Schärfe heran.

Du liebst HelloFresh?

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





Fiorelli with mushroom filling in spinach cream topped with hard cheese, pine nuts and chilli oil

Vegetarian Family 25–35 minutes • 981 kcal • Cook on day 3



Fiorelli with mushroom filling



Single cream from Saland



Baby spinach



Brown mushrooms



Grated Italian-style hard cheese



Flaked Italian-style hard cheese



Pine nuts



Mild chilli mix



“Hello Nutmeg” spice mix



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

Let's get started

Wash the vegetables.

Basics from your kitchen*

Oil*, pepper*, water*, salt*

Cooking utensils

1 hand blender, 1 large frying pan, 2 large pots, 1 sieve and 1 small bowl

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Fiorelli with mushroom filling 7) 8) 15)	1 x	450 g	1 x	600 g
Single cream from Saland 7)	1 x	150 g	2 x	150 g
Baby spinach	1 x	75 g	1 x	150 g
Brown mushrooms	1 x	150 g	1 x	300 g
Flaked Italian-style hard cheese 7) 8)	1 x	20 g	1 x	40 g
Grated Italian-style hard cheese 7) 8)	1 x	20 g	1 x	40 g
Pine nuts	1 x	10 g	1 x	20 g
Mild chilli mix	1 x	2 g	1 x	4 g
"Hello Nutmeg" spice mix 10)	1 x	5 g	2 x	5 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. 480 g)
Calories	862 kJ/206 kcal	4103 kJ/981 kcal
Fat	9.2 g	43.7 g
- of which saturated fats	3 g	14.5 g
Carbohydrate	22.5 g	107.1 g
- of which sugar	1.2 g	5.8 g
Protein	7.6 g	36.4 g
Salt	0.7 g	3.35 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 **10)** Celery **15)** Wheat

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



1 Get prepped

Heat up plenty of water in the kettle.

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

In a small bowl, mix 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* with chilli mix to taste (warning: spicy!).

Cut the mushrooms into 0.5 cm slices.



2 Fry the mushrooms

Toast the pine nuts in a large frying pan without fat for 2–3 min. until they start to turn brown. Remove.

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* in the frying pan. Fry the mushrooms for 3–4 min. until soft and browned. Remove the frying pan from the stove.



3 Make the sauce

In a second large pot, bring the single cream, 50 ml [100 ml] water* and "Hello Nutmeg" to the boil for 1 min. Fold in half of the spinach and let it wilt.

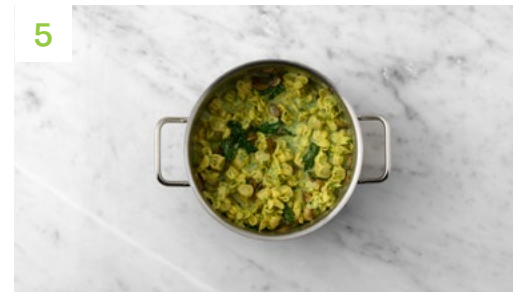
Add the grated hard cheese and mix with a hand blender to a smooth sauce. Season with salt* and pepper*.



4 Cook the pasta

Add the fiorelli to the pot of boiling water* from step 1 and cook for 5–6 min. Then drain in a sieve.

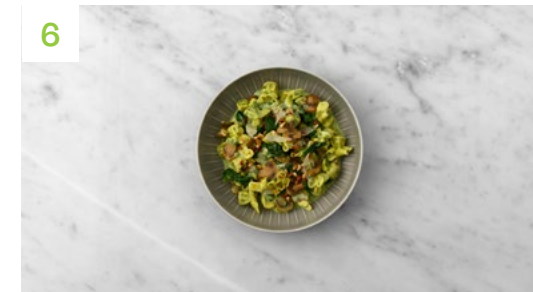
Tip: *Once the fiorelli are in the water, don't boil it as they will split open.*



5 Finish the pasta

Bring the sauce to the boil again and add the rest of the spinach until it has all wilted.

Mix the cooked pasta and mushrooms with the sauce and season with salt* and pepper*.



6 Serve

Apportion the pasta onto deep plates and top with chilli oil, pine nuts and flaked hard cheese.

Bon appetit!

Mild chilli mix

Be cautious when seasoning with our mild chilli. Despite the name, the level of spiciness can vary. Start with just a little and feel your way to the spiciness that suits you.

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too! Send them an invite now using the QR code or at www.hellofresh.ch/freunde!



Fiorelli aux champignons, avec épinards à la crème saupoudrés de fromage à pâte dure, de pignons de pin et d'huile pimentée

Végétarien **Famille** 25 – 35 minutes • 981 kcal • Cuisiner au 3e jour



Fiorelli aux champignons



Crème demi-écrémée de Saland



Pousses d'épinards



Champignons bruns



Copeaux de fromage italien à pâte dure



Fromage italien à pâte dure râpé



Pignons de pin



Mélange de piment doux



Mélange d'épices « Hello muscade »



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

C'est parti

Laver les légumes.

Basiques dans votre cuisine*

Huile*, poivre*, eau*, sel*

Ustensiles de cuisine

1 mixeur, 1 grande poêle, 2 grandes casseroles, 1 passoire et 1 bol

Ingrédients pour 2 à

4 personnes

	2 portions	4 portions
Fiorelli aux champignons 7) 8) 15)	1 x 450 g	1 x 600 g
Crème demi-écrémée de Saland 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Pousses d'épinards	1 x 75 g	1 x 150 g
Champignons bruns	1 x 150 g	1 x 300 g
Copeaux de fromage italien à pâte dure 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
Fromage italien à pâte dure râpé 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
Pignons de pin	1 x 10 g	1 x 20 g
Mélange de piment doux	1 x 2 g	1 x 4 g
Mélange d'épices « Hello muscade » 10)	1 x 5 g	2 x 5 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. 480 g)
Valeur calorique	862 kJ/ 206 kcal	4103 kJ/ 981 kcal
Lipides	9,2 g	43,7 g
– dont acides gras saturés	3 g	14,5 g
Glucides	22,5 g	107,1 g
– dont sucre	1,2 g	5,8 g
Protéines	7,6 g	36,4 g
Sel	0,7 g	3,35 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 **10)** céréaliés **15)** blé

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



1 Petite préparation

Chauffer une grande quantité d'eau dans la bouilloire. Bien remplir une grande casserole d'eau chaude, saler* et porter à ébullition.

Dans un bol, mélanger 1 cs [2 cs] d'huile* et le mélange de piment selon les goûts (attention : piquant !).

Couper les champignons en tranches d'environ 0,5 cm d'épaisseur.



2 Faire cuire les champignons

Faire griller les pignons de pin 2 à 3 min dans une grande poêle sans ajouter de matière grasse, jusqu'à ce qu'ils commencent à brunir. Retirer du feu.

Dans la poêle, chauffer 1 cs [2 cs] d'huile*. Y faire revenir les champignons 3 à 4 min jusqu'à ce qu'ils soient tendres et dorés. Retirer la poêle du feu.

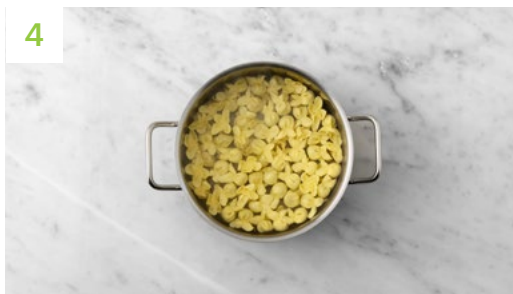


3 Préparer la sauce

Dans une deuxième grande casserole, porter à ébullition pendant 1 min la crème demi-écrémée, 50 ml [100 ml] d'eau* et du « Hello muscade ».

Incorporer la moitié des pousses d'épinards et les faire fondre.

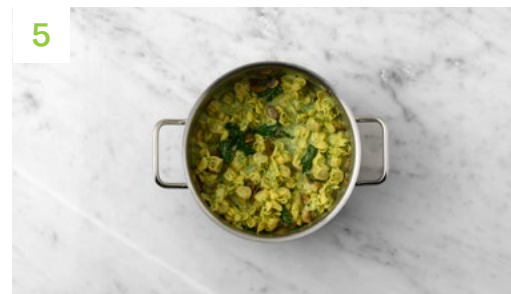
Ajouter le fromage à pâte dure râpé et mélanger le tout avec un mixeur pour obtenir une sauce lisse. Assaisonner avec du sel* et du poivre*.



4 Faire cuire les pâtes

Verser les fiorelli dans la casserole de l'étape 1 et faire cuire 5 à 6 min dans l'eau bouillante. Égoutter ensuite dans une passoire.

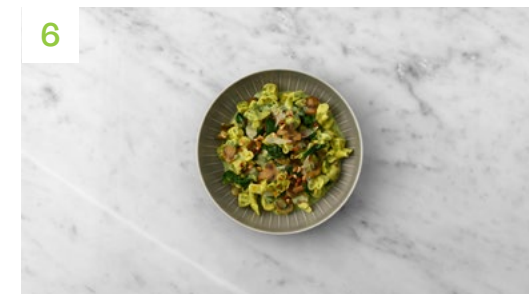
Astuce : Dès que les fiorelli sont dans l'eau, ne plus laisser l'eau bouillir, sinon ils éclatent.



5 Finir les pâtes

Porter à nouveau la sauce à ébullition et ajouter le reste des épinards jusqu'à ce que le tout ait fondu.

Incorporer les pâtes cuites et les champignons à la sauce et assaisonner de sel* et de poivre*.



6 Dresser

Répartir les pâtes sur des assiettes creuses, arroser d'huile de piment, parsemer de pignons de pin et de copeaux de fromage à pâte dure.

Bon appétit !

Mélange de piment doux

Soyez prudent(e) lorsque vous assaisonnez avec notre mélange de piment doux. Leur nom est parfois trompeur. Ne mettez pas trop de flocons au départ et augmentez la quantité jusqu'à atteindre le piquant qui vous convient.

Vous aimez HelloFresh ?

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

