

# Frische Linguine mit Crevetten in Rahm-Sauce mit getrockneten Tomaten

15 – 25 Minuten • 806 kcal • Tag 2 kochen

15



Crevetten ohne Schale



frische Linguine



Getrocknete Tomaten  
mit Kräutern



rote Cherry-Tomaten



Halbrahm aus Saland



Basilikum



Hartkäse ital. Art, geraspelt



Zitrone, gewachst



Knoblauchzehe



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Crevetten mit Küchenpapier trocken.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Öl\*, Wasser\*, Salz\*, Pfeffer\*

## Kochutensilien

1 grosse Bratpfanne, 1 grosser Topf und 1 Sieb

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Crevetten ohne Schale <b>5)</b>	1 x 150 g	1 x 300 g
frische Linguine <b>15)</b>	1 x 375 g	2 x 375 g
Getrocknete Tomaten mit Kräutern	1 x 50 g	1 x 100 g
rote Cherry-Tomaten	1 x 125 g	1 x 250 g
Halbrahm aus Saland <b>7)</b>	1 x 150 g	2 x 150 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 g
Hartkäse ital. Art, geraspelt <b>7) 8)</b>	1 x 20 g	1 x 40 g
Zitrone, gewachst	1 x 90 g**	1 x 90 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 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. 520 g)
Brennwert	653 kJ/ 156 kcal	3374 kJ/ 806 kcal
Fett	4.3 g	22 g
– davon ges. Fettsäuren	1.7 g	8.7 g
Kohlenhydrate	21.7 g	112.1 g
– davon Zucker	2.4 g	12.6 g
Eiweiss	6.7 g	34.7 g
Salz	0.29 g	1.48 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:** **5)** Krebstiere **7)** Milch (einschliesslich Laktose) **8)** Eier **15)** Weizen

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

1



2



3



## Crevetten braten

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

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

**Zitrone** halbieren.

**Knoblauchzehe** andrücken, sodass diese aufplatzt.

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Crevetten** und **Knoblauchzehe** darin 3 Min. scharf anbraten. **Crevetten** mit einem Spritzer **Zitronensaft** ablöschen, mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen, dann aus der Bratpfanne nehmen.

## Für die Sauce

Hitze reduzieren, **Halbrahm** und 50 ml [100 ml] **Wasser\*** in die Bratpfanne geben.

**Getrocknete Tomaten** und **Cherry-Tomaten** hinzufügen und alles zusammen 1 – 2 Min. köcheln lassen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Crevetten** zur **Sauce** geben.

**Pasta** in den Topf mit kochendem **Wasser\*** geben und nach Geschmack 3 – 6 Min. bissfest kochen. Danach durch ein Sieb abgiessen.

## Pasta vollenden

Gekochte **Pasta** zur **Sauce** in die Bratpfanne geben, alles gut vermengen und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Pasta** auf tiefen Tellern anrichten, mit **geraspeltem Hartkäse** bestreuen und mit **Basilikumblättern** garnieren.

## En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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

