

# Farfalle Caprese mit Mozzarella

Zucchetti, Cherry-Tomaten und Basilikum

Family Vegetarisch schnell 25 – 35 Minuten • 775 kcal • Tag 5 kochen

12



Farfalle



Knoblauchzehe



Zucchetti



Frischcreme



Tomatenpesto



Basilikum



Mozzarella



rote Cherry-Tomaten



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

# Los geht's

Wasche das Gemüse und die Kräuter.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

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

## Kochutensilien

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

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Farfalle <b>15)</b>	1 x 270 g	1 x 500 g
Knoblauchzehe	0.5 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	1 x 50 g	2 x 50 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 g
Mozzarella <b>7)</b>	1 x 125 g	2 x 125 g
rote 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. 400 g)
Brennwert	810 kJ/ 193 kcal	3242 kJ/ 775 kcal
Fett	4.7 g	19 g
- davon ges. Fettsäuren	1.9 g	7.8 g
Kohlenhydrate	25.5 g	102 g
- davon Zucker	2.8 g	11 g
Eiweiss	6.2 g	24.6 g
Salz	0.66 g	2.66 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) 15) Weizen

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



## Pasta kochen

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Einen grossen Topf mit **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** fein hacken.

Ein paar **Basilikumblätter** zur Dekoration beiseitelegen, restliche Blätter fein hacken.

**Zucchini** längs halbieren und in 0.5 cm Halbmonde schneiden.



## Für die Frischcreme

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



## Zutaten anbraten

In einer grossen Bratpfanne 2 EL [4 EL] **Öl\*** erhitzen und darin **Cherry-Tomaten** und gewürfelten **Knoblauch** 1 – 2 Min. anbraten.

**Zucchini** hinzugeben und 2 – 3 Min. weiterbraten. Hitze reduzieren, **Bratpfanneninhalt** mit **Frischcreme-Mischung** ablöschen und kurz vermengen.



## Pasta vollenden

Währenddessen **Mozzarella** in mundgerechte Stücke zupfen.

**Pasta** 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!

