

Farfalle Caprese mit Mozzarella

Zucchetti, Cherry-Tomaten und Basilikum

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

17



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 15)	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 7)	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 7)	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!

