

# Fettuccine mit Tomatenrahm und Spinat getopft mit gekräuterten Hirtenkäsebröseln

Family 30 – 40 Minuten • 859 kcal • Tag 3 kochen

17



Fettuccine



Tomatenpesto



Halbrahm



Hirtenkäse



Babyspinat



Knoblauchzehe



Zucchini



braune Champignons



Basilikum



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



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Öl\*, Wasser\*, Salz\*, Pfeffer\*

## Kochutensilien

1 grossen Topf mit Deckel, 1 grosse Bratpfanne,  
1 hohes Rührgefäss, 1 Sieb und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Fettuccine <b>15)</b>	1 x 270 g	1 x 500 g
Tomatenpesto <b>14)</b>	1 x 50 g	2 x 50 g
Halbrahm <b>7)</b>	1 x 150 g	2 x 150 g
Hirtenkäse <b>7)</b>	1 x 100 g	1 x 200 g
Babypinac	1 x 75 g	1 x 150 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
Zucchini	1 x 220 g	2 x 220 g
braune Champignons	1 x 100 g	1 x 225 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 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. 540 g)
Brennwert	666 kJ/ 159 kcal	3595 kJ/ 859 kcal
Fett	4.29 g	23.12 g
– davon ges. Fettsäuren	2.03 g	10.96 g
Kohlenhydrate	19.00 g	102.49 g
– davon Zucker	2.14 g	11.53 g
Eiweiss	6.61 g	35.65 g
Salz	0.423 g	2.280 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)

**14)** Schwefeldioxyde und Sulfite **15)** Weizen

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



## 1 Pasta kochen

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

Einen grossen Topf mit reichlich heissem **Wasser\*** füllen, aufkochen lassen, **salzen\*** und **Fettuccine** darin ca. 12 Min. bissfest garen.

Aus 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver\*** und 100 ml [200 ml] **Wasser\*** eine **Gemüsebouillon** zubereiten.

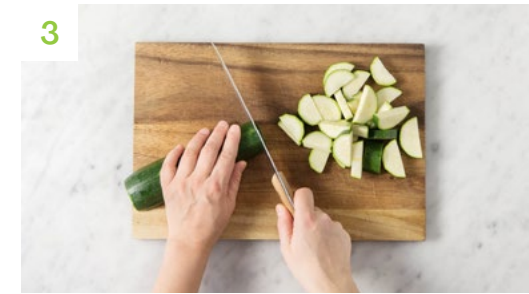


## 2 Topping zubereiten

**Basilikum** fein hacken.

**Hirtenkäse** mit den Händen in eine kleine Schüssel zerbröseln.

**Gehackte Kräuter** mit dem **Hirtenkäse** vermengen. Mit **Pfeffer\*** würzen.



## 3 Gemüse schneiden

**Champignons** je nach Grösse vierteln oder achteln.

Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** längs halbieren und in 0.5 cm dicke Halbmonde schneiden.

**Knoblauch** abziehen und fein hacken.



## 4 Gemüse anbraten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl\*** auf mittlerer Stufe erhitzen, **Champignons**, **Knoblauch** und **Zucchini** zugeben und 3 – 4 Min. anbraten.

**Halbrahm**, **Tomatenpesto** und vorbereitete **Gemüsebouillon** in die Bratpfanne geben, zusammen 4 – 5 Min. köcheln lassen, bis die **Sauce** leicht eingedickt ist.

**Spinat** portionsweise zur **Sauce** geben und zusammenfallen lassen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## 5 Sauce vollenden

**Pasta** nach der Garzeit in ein Sieb abgiessen, mit in die Bratpfanne geben und unter die **Sauce** rühren.



## 6 Anrichten

**Pasta** auf Tellern verteilen.

Mit **gekräutertem Hirtenkäse** bestreuen und geniessen.

## En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über [www.hellofresh.ch/freunde](http://www.hellofresh.ch/freunde) ein!





# Fettuccine with tomato cream and spinach

topped with herb and feta cheese crumble

Family 30-40 minutes • 859 kcal • Cook on day 3

17



Fettuccine



Tomato pesto



Single cream



Feta cheese



Baby spinach



Garlic clove



Courgette



Brown mushrooms



Basil



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



# Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

## Basics from your kitchen\*

Oil\*, water\*, salt\*, pepper\*

## Cooking utensils

1 large pot with lid, 1 large frying pan, 1 tall mixing bowl, 1 sieve and 1 small bowl

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Fettuccine <b>15)</b>	1 x	270 g	1 x	500 g
Tomato pesto <b>14)</b>	1 x	50 g	2 x	50 g
Single cream <b>7)</b>	1 x	150 g	2 x	150 g
Feta cheese <b>7)</b>	1 x	100 g	1 x	200 g
Baby spinach	1 x	75 g	1 x	150 g
Garlic clove	1 x	4 g	2 x	4 g
Courgette	1 x	220 g	2 x	220 g
Brown mushrooms	1 x	100 g	1 x	225 g
Basil	1 x	10 g**	1 x	10 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. 540 g)
Calories	666 kJ/ 159 kcal	3595 kJ/ 859 kcal
Fat	4.29 g	23.12 g
- incl. saturated fats	2.03 g	10.96 g
Carbohydrate	19.00 g	102.49 g
- incl. sugar	2.14 g	11.53 g
Protein	6.61 g	35.65 g
Salt	0.423 g	2.280 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) **14)** Sulphur dioxide and sulphites **15)** Wheat

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



## Cook the pasta

Heat plenty of water\* in the kettle.

Fill a large pot with plenty of hot water\*, bring it to the boil, add salt\* and simmer the fettuccine for about 12 min. until al dente.

Mix 4 g [8 g] vegetable stock powder\* and 100 ml [200 ml] water\* to make a vegetable stock.

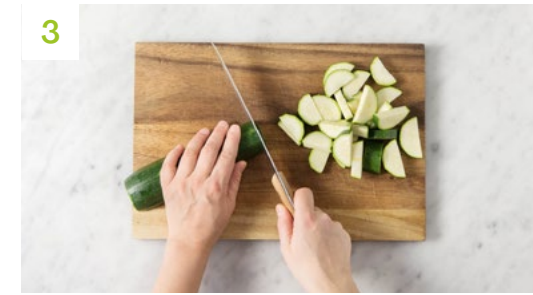


## Prepare the topping

Finely chop the basil.

Crumble the feta cheese into a small bowl with your hands.

Mix the chopped herbs with the feta cheese. Season with pepper\*.



## Chop the vegetables

Cut the mushrooms into quarters or eighths depending on their size.

Cut the ends off the courgette, halve it lengthways, then cut it into 0.5 cm thick half-moons.

Peel and finely chop the garlic.



## Sauté the vegetables

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in a large frying pan on medium heat, add the mushrooms, garlic and courgette, and sauté for 3-4 min.

Add the single cream, tomato pesto and prepared vegetable stock to the frying pan, then simmer for 4-5 min. until the sauce has slightly thickened.

Add the spinach in portions to the sauce and allow it to wilt. Season with salt\* and pepper\*.



## Finish the sauce

Drain the cooked pasta in a sieve, then stir it into the sauce in the frying pan.



## Serve

Apportion the pasta onto plates. Sprinkle with herby feta cheese and enjoy.

## 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!)





# Fettuccine with tomato cream and spinach

topped with herb and feta cheese crumble

Family 30-40 minutes • 859 kcal • Cook on day 3

17



Fettuccine



Tomato pesto



Single cream



Feta cheese



Baby spinach



Garlic clove



Courgette



Brown mushrooms



Basil



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



# Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

## Basics from your kitchen\*

Oil\*, water\*, salt\*, pepper\*

## Cooking utensils

1 large pot with lid, 1 large frying pan, 1 tall mixing bowl, 1 sieve and 1 small bowl

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Fettuccine <b>15</b> )	1 x	270 g	1 x	500 g
Tomato pesto <b>14</b> )	1 x	50 g	2 x	50 g
Single cream <b>7</b> )	1 x	150 g	2 x	150 g
Feta cheese <b>7</b> )	1 x	100 g	1 x	200 g
Baby spinach	1 x	75 g	1 x	150 g
Garlic clove	1 x	4 g	2 x	4 g
Courgette	1 x	220 g	2 x	220 g
Brown mushrooms	1 x	100 g	1 x	225 g
Basil	1 x	10 g**	1 x	10 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. 540 g)
Calories	666 kJ/ 159 kcal	3595 kJ/ 859 kcal
Fat	4.29 g	23.12 g
- incl. saturated fats	2.03 g	10.96 g
Carbohydrate	19.00 g	102.49 g
- incl. sugar	2.14 g	11.53 g
Protein	6.61 g	35.65 g
Salt	0.423 g	2.280 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) **14)** Sulphur dioxide and sulphites **15)** Wheat

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



## 1 Cook the pasta

Heat plenty of water\* in the kettle.

Fill a large pot with plenty of hot water\*, bring it to the boil, add salt\* and simmer the fettuccine for about 12 min. until al dente.

Mix 4 g [8 g] vegetable stock powder\* and 100 ml [200 ml] water\* to make a vegetable stock.

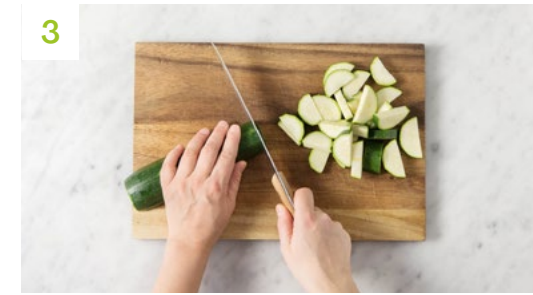


## 2 Prepare the topping

Finely chop the basil.

Crumble the feta cheese into a small bowl with your hands.

Mix the chopped herbs with the feta cheese. Season with pepper\*.



## 3 Chop the vegetables

Cut the mushrooms into quarters or eighths depending on their size.

Cut the ends off the courgette, halve it lengthways, then cut it into 0.5 cm thick half-moons.

Peel and finely chop the garlic.



## 4 Sauté the vegetables

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in a large frying pan on medium heat, add the mushrooms, garlic and courgette, and sauté for 3-4 min.

Add the single cream, tomato pesto and prepared vegetable stock to the frying pan, then simmer for 4-5 min. until the sauce has slightly thickened.

Add the spinach in portions to the sauce and allow it to wilt. Season with salt\* and pepper\*.



## 5 Finish the sauce

Drain the cooked pasta in a sieve, then stir it into the sauce in the frying pan.



## 6 Serve

Apportion the pasta onto plates.

Sprinkle with herby feta cheese and enjoy.

## 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!)

