



Cremige Crevetten-Tagliatelle

mit Cherry-Tomaten



HELLO CHERRY-TOMATE

Es gibt über 2500 Tomatensorten, aber die kleine Cherry-Tomate hat es uns in letzter Zeit am meisten angetan. Sie ist nicht nur herzig, weil sie so klein ist, sondern schmeckt viel süßer als die grossen.



Crevetten



Tagliatelle



Cherry-Tomaten



Frühlingszwiebel



Vollrahm



Zitrone



Knoblauchzehe



rote Chili

ca. 20 Minuten

Stufe 1

scharf

Zeit sparen

kinderfreundlich

Omega-3

Pronto! Pronto! Dieses Rezept ist schneller auf dem Tisch als bei deinem Lieblingsitaliener um die Ecke. Die Tagliatelle sind schnell al dente gekocht und die feinen Crevetten begeistern immer wieder. Ein paar Cherry-Tomaten und Frühlingszwiebeln als Farbenspiel dazu und noch ein paar Spritzer Zitronensaft darauf und perfetto!

Zitrone, Gemüse und Kräuter waschen. Zum Kochen benötigst Du ausserdem: einen **grossen Topf**, ein **Sieb** und eine **grosse Bratpfanne**.



1 ZUTATEN VORBEREITEN

Knoblauch grob hacken. **Chili** (**Achtung: scharf!** Wer es nicht so scharf mag, lieber weniger verwenden.) der Länge nach halbieren, Kerne herauskratzen und **Chili** klein hacken. Weisse und grüne Teile der **Frühlingszwiebel** getrennt in dünne Ringe schneiden. **Cherry-Tomaten** halbieren. **Zitrone** in Spalten schneiden. **Wasser** von den **Crevetten** abgiessen.



4 IN DER ZWISCHENZEIT

Cherry-Tomaten zu den **Crevetten** in die Bratpfanne geben und weitere 1–2 Min. anschwitzen.



2 CREVETTEN ANBRATEN

In einem grossen Topf reichlich **Salzwasser** aufsetzen. In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl** bei mittlerer Hitze erwärmen. Weisse **Frühlingszwiebelringe**, **Knoblauch** und **Chili** zugeben und ca. 30 Sek. anbraten, **Crevetten** zugeben und 1–2 Min. braten.



5 PASTA ZUGEBEN

Tagliatelle und aufgefangenes heisses **Nudelwasser** zugeben und gut mischen. Dann Bratpfanne vom Herd nehmen, **Vollrahm** unterheben und mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



3 TAGLIATELLE KOCHEN

Sobald das **Wasser** kocht, **Tagliatelle** zugeben und 3–4 Min. garen. Anschliessend 1/2 [1] Tasse heisses **Nudelwasser** auffangen, die **Tagliatelle** in ein Sieb abgiessen und abtropfen lassen.



6 ANRICHTEN

Cremige Crevetten-Tagliatelle auf Teller verteilen, mit grünen **Frühlingszwiebelringen** bestreuen und mit **Zitronenspalten** geniessen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Knoblauchzehe	1	2
Frühlingszwiebel	1	2
Chili, rot	1	1
Cherry-Tomaten, bunt	200 g	400 g
Zitrone	1	1
Crevetten (14)	150 g	300 g
Tagliatelle (1)	1	2
Vollrahm (7)	1	1

GUT IM HAUS ZU HABEN: Öl, Salz, Pfeffer
Bei 4 Personen Mengen, wie in Klammern angegeben, verdoppeln.

🌱 Ggf. auch für andere Rezepte verwenden

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION
Brennwert	529 kJ/126 kcal	3178 kJ/759 kcal
Fett	4 g	24 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	13 g
Kohlenhydrate	49 g	99 g
– davon Zucker	1 g	8 g
Eiweiss	5 g	30 g
Ballaststoffe	1 g	5 g
Salz	1 g	4 g

ALLERGENE

1) Weizen (7) Milch (14) Krustentiere
(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

UNSERE LIEFERANTEN

Bio ist uns wichtig. Wenn Du wissen möchtest, welche Zutaten bio sind, informiere Dich auf HelloFresh.ch unter „Unsere Lieferanten“.

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

📷 🐦 📘 #HelloFreshCH

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch



Creamy tagliatelle with shrimps

and cherry tomatoes



HELLO CHERRY TOMATOES

There are more than 2,500 varieties of tomato, but it's the little cherry tomato that we've fallen in love with most. It's not just cute because it's so small – it has a much sweeter taste than its bigger cousins.



Shrimps



Tagliatelle



Cherry tomatoes



Spring onions



Full cream



Lemon



Cloves of garlic



Red chilli



Approx. 20 min.



Level 1



Spicy



Save time



Suitable for children



Omega 3

Pronto! Pronto! This recipe will put the food on your plate faster than your favourite local Italian. The tagliatelle cooks al dente faster and the fine shrimps are always a hit. A few cherry tomatoes and spring onions to add colour, a couple of dashes of lemon juice and perfetto!

Wash **lemon**, vegetables and herbs. For the cooking you will also need: a **large** pot, a sieve and a **large** frying pan.



1 PREPARE INGREDIENTS

Roughly chop the garlic. Halve the chilli lengthways (**caution: spicy!** If you like your food less spicy, use less.), scrape out the seeds and chop the chilli into small pieces. Cut the white and green parts of the spring onions into thin rings. Cut **cherry tomatoes** in half. Cut the lemon into wedges. Drain water from **shrimps**.



2 SAUTÉ SHRIMPS

Heat up plenty of salted water in a large pot. Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil in large frying pan on medium heat. Add white spring onion rings, garlic and chilli and sauté for approx. 30 sec., then add **shrimps** and fry for 1-2 min.



3 COOK TAGLIATELLE

When the water has boiled, add **tagliatelle** and cook for 3-4 min. Afterwards save $\frac{1}{2}$ [1] cup of hot **pasta** water and drain the **tagliatelle** in a sieve.



4 MEANWHILE

Add **cherry tomatoes** to the **shrimps** in the frying pan and sauté for a further 1-2 min.



5 ADD PASTA

Add **tagliatelle** and the hot **pasta** water that you saved and mix together well. Remove the frying pan from the stove, add **full cream** and season with salt and pepper.



6 ARRANGE

Distribute **creamy shrimp tagliatelle** on plates, sprinkle with spring onion rings and enjoy with lemon wedges.

SERVES 2 | 4

	2P	4P
Cloves of garlic	1	2
Spring onions	1	2
Chilli, red	1	1
Cherry tomatoes, mixed colours	200 g	400 g
Lemon	1	1
Shrimps 14)	150 g	300 g
Tagliatelle 1)	1	2
Full cream 7)	1	1

GOOD TO HAVE AT HAND: Oil, salt, pepper
For 4 persons double the quantities, as specified in brackets.

☞ Can also be used for other recipes as required

AVERAGE NUTRITIONAL VALUES PER	100 g	PORTION
Calories	529 kJ/126 kcal	3178 kJ/759 kcal
Fat	4 g	24 g
- incl. saturated fats	2 g	13 g
Carbohydrate	49 g	99 g
- incl. sugar	1 g	8 g
Protein	5 g	30 g
Dietary fibre	1 g	5 g
Salt	1 g	4 g

ALLERGENS

1) Wheat 7) Milk 14) shellfish
(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the

OUR SUPPLIERS

Organic ingredients are important to us. If you would like to know which ingredients are organic, check out "Our suppliers" at HelloFresh.com.

Bon appetit.

This printed recipe is recyclable and FSC®-certified (FSC®-C129012).

   #HelloFreshCH

We love feedback! Call us or write to us:
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch



Tagliatelle aux crevettes

tomates cerises



HELLO TOMATES CERISES

Il existe plus de 2 500 variétés de tomates mais, récemment, c'est la tomate cerise qui a le plus de succès. Mignonne de par sa petite taille, elle est encore plus sucrée que les grandes tomates.



Crevettes



Tagliatelle



Tomates cerises



Échalote nouvelle



Crème entière



Citron



Gousse d'ail



Piment rouge

env. 20 minutes

épice

Convient aux enfants

Niveau 1

Gain de temps

Oméga-3

Pronto ! Pronto ! Cette recette est prête plus vite que chez votre restaurant italien du coin. Les tagliatelle sont vite cuites al dente et les crevettes fines ravissent toujours autant les papilles. Pour ajouter de la couleur, quelques tomates cerises et de l'échalote nouvelle, avec quelques gouttes de jus de citron dessus. Perfetto!

Nettoyer le **citron**, les **légumes** et les **fines herbes**. Vous aurez besoin en plus des éléments suivants : une **grande** casserole, une passoire et une grande **poêle**.



1 PRÉPARER LES INGRÉDIENTS

Hacher grossièrement l'ail. Couper le piment en deux (**attention : piquant !** pour ceux qui n'aiment pas les plats trop épicés, en mettre moins) dans le sens de la longueur, retirer les graines hacher finement le piment. Couper en rondelles fines et de manière distincte les parties vertes et blanches des échalotes nouvelles. Couper en deux les **tomates cerises**. Couper les citrons en quartiers. Égoutter les **crevettes**.



4 DANS L'INTERVALLE

Ajouter les **tomates cerises** avec les **crevettes** dans la poêle et faire blondir encore 1 à 2 min.



2 CUIRE LES CREVETTES

Faire chauffer dans une grande casserole une grande quantité d'eau salée. Dans une grande poêle, chauffer à feu moyen 1 cuillère à soupe [2 cuillères à soupe] d'huile. Incorporer les rondelles d'échalote nouvelle blanche, l'ail et le piment et saisir pendant env. 30 sec., ajouter les **crevettes** et cuire 1 à 2 min.



5 AJOUTER LES PÂTES

Incorporer les **tagliatelle** et l'eau récupérée de la cuisson des pâtes, bien mélanger. Retirer ensuite la poêle du feu, incorporer délicatement la **crème entière**, saler et poivrer.



3 CUIRE LES TAGLIATELLE

Dès que l'eau bout, ajouter les **tagliatelle** et faire cuire 3 à 4 min. Recueillir ensuite 1/2 [1] tasse d'eau chaude des pâtes, égoutter les **tagliatelle** dans une passoire et laisser sécher.



6 DRESSER

Servir les **tagliatelle aux crevettes** et à la **sauce crémeuse** sur l'assiette, saupoudrer de rondelles d'échalote nouvelle vertes et garnir de quartiers de citron, savourer.

	2	4
Gousse d'ail	1	2
Échalote nouvelle	1	2
Piment rouge	1	1
Tomates cerises (rouge, jaune, orange)	200 g	400 g
Citron	1	1
Crevettes 14)	150 g	300 g
Tagliatelle 1)	1	2
Crème entière 7)	1	1

INGRÉDIENTS À TOUJOURS AVOIR CHEZ SOI

: huile, sel, poivre

Doubler la quantité pour 4 personnes, comme indiqué entre crochets.

☞ À utiliser éventuellement pour d'autres recettes

APPORT NUTRITIONNEL MOYEN POUR	100 g	1 PORTION
Valeur calorique	529 kJ/126 kcal	3178 kJ/759 kcal
Graisse	4 g	24 g
- dont acides gras saturés	2 g	13 g
Glucides	49 g	99 g
- dont sucre	1 g	8 g
Protéines	5 g	30 g
Fibres	1 g	5 g
Sel	1 g	4 g

ALLERGÈNES

1) blé 7) lait 14) crustacés

(Voir l'emballage des ingrédients pour les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergène !)

NOS FOURNISSEURS

Nous attachons de l'importance au bio. Si vous souhaitez savoir quels ingrédients sont certifiés biologiques, consultez la rubrique « Nos fournisseurs » sur HelloFresh.ch.

Cette fiche recette est recyclable et certifiée FSC® (FSC®-C129012).

   #HelloFreshCH

Nous apprécions vos feedback ! Appelez-nous ou écrivez-nous :

Bon appétit !