

Torchietti in Tomaten-Paprika-Soße

getoppt mit Mozzarellabällchen und frischem Basilikum

Vegetarisch **Family** 30 – 40 Minuten • 4615 kj/1103 kcal • Tag 5 kochen

12



Friskkäse



rote Paprika



Tomaten Sugo



Knoblauchzehe



Gemüsebrühe



Torchietti



Basilikum



Mozzarella-Bällchen



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

Gut im Haus zu haben

Öl*, Salz*, Pfeffer*, Wasser*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Erhitze reichlich Wasser im Wasserkocher.

Was Du benötigst

2 große Töpfe, 1 Sieb und 1 Pürierstab

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Frischkäse 5)	100 g	150 g	200 g
rote Paprika NL BE ES	1	2	2
Tomaten Sugo 11)	200 g	300 g	400 g
Knoblauchzehe ES	0,5**	0,75**	1
Gemüsebrühe 3)	4 g	6 g	8 g
Torchietti 1)	250 g	375 g	500 g
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Mozzarella-Bällchen 5)	250 g	375 g**	500 g

Wasser*, Öl*
Salz*, Pfeffer*
Angaben im Text
nach Geschmack

* Gut, im Haus zu haben

** 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. 530 g)
Brennwert	872 kJ/209 kcal	4615 kJ/1103 kcal
Fett	9,07 g	47,99 g
– davon ges. Fettsäuren	5,78 g	30,59 g
Kohlenhydrate	20,69 g	109,46 g
– davon Zucker	3,75 g	19,83 g
Eiweiß	9,00 g	47,60 g
Salz	0,742 g	3,925 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: **1)** Glutenhaltiges Getreide (Weizen) oder daraus hergestellte Erzeugnisse **3)** Sellerie oder Sellerieerzeugnisse **5)** Milch oder Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose) **11)** Schwefeldioxid oder Sulfite

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

Ursprungsländer: **ES:** Spanien **NL:** Niederlande **BE:** Belgien

1



Vorbereitung

Einen großen Topf mit dem heißem **Wasser*** füllen, kräftig **salzen*** und aufkochen lassen.

Paprika halbieren, entkernen und **Paprikahälften** in ca. 3 cm große Stücke schneiden.

Knoblauchzehe abziehen und grob hacken.

2



Für die Soße

In einem zweiten großen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erhitzen und **Paprikastücke** und **Knoblauch** darin 5 – 8 Min. anbraten, bis die **Paprika** weich ist.

Währenddessen **Pasta** in das kochende **Wasser** geben und für ca. 12 Min. bissfest garen.

3



Soße weiterkochen

Paprikastücke mit dem **Tomatensugo**, 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser*** und **Gemüsebrühpulver** ablöschen und bei mittlerer Hitze weitere 4 – 6 Min. köcheln lassen.

4



Soße fertigstellen

Nach der Kochzeit **Soße** vom Herd nehmen und **Frischkäse** einrühren.

Mit einem Pürierstab vorsichtig zu einer gleichmäßigen, cremigen **Soße** verarbeiten. **Soße** mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Basilikumblätter abzupfen und fein hacken.

5



Pasta mit Soße vermengen

Gekochte **Pasta** durch ein Sieb abgießen, zu der **Soße** in den Topf geben und mit der **Soße** vermengen.

Mozzarellabällchen durch ein Sieb abgießen.

6



Anrichten

Pasta mit **Soße** auf Tellern anrichten.

Mit **Mozzarellabällchen** und **Basilikum** toppen und genießen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:
Lade Deine Freunde jetzt mit
einem frischen Einstiegsrabatt von
mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

