

# Italienische Pasta-Bowl mit Büffelmozzarella selbst gemachtem Antipasti-Gemüse und Basilikumpesto

Vegetarisch Thermomix hilft • 1065 kcal • Tag 5 kochen

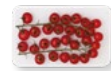
6



Büffelmozzarella



geriebener Hartkäse



Kirschtomaten



Penne



Zucchini



Balsamico-Crème



rote Spitzpaprika



Cashewkerne



Basilikumpaste



Basilikum



Knoblauchzehe



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

**thermomix**

🕒 25 [25 | 30] Min.

🕒 30 [35 | 35] Min.

**Gut im Haus zu haben**

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*, Wasser\*, Weißweinessig\*, Zucker\*, Olivenöl\*

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier und 1 großer Topf

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Büffelmozzarella <b>7)</b>	1	1,5**	2
geriebener Hartkäse <b>7) 8)</b>	20 g	20 g	40 g
Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Penne <b>15)</b>	270 g	360 g	500 g
Zucchini <b>ES   NL</b>	1	1	2
Balsamico-Crème <b>14)</b>	12 g	12 g	24 g
rote Spitzpaprika <b>ES</b>	1	2	2
Cashewkerne <b>25)</b>	10 g	20 g	20 g
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	24 ml
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Wasser*, Öl*, Olivenöl*, Zucker*, Weißweinessig*	Angaben im Text		
Salz*, Pfeffer*	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. 500 g)
Brennwert	892 kJ/213 kcal	4455 kJ/1065 kcal
Fett	10,58 g	52,87 g
– davon ges. Fettsäuren	3,39 g	16,94 g
Kohlenhydrate	22,07 g	110,24 g
– davon Zucker	2,63 g	13,13 g
Eiweiß	7,10 g	35,44 g
Salz	0,236 g	1,181 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) **8)** Eier **14)** Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen **25)** Kaschunüsse

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

**Ursprungsländer:** **NL:** Niederlande **ES:** Spanien



## Gemüse schneiden

Heize den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (180 °C Umluft) vor.

Enden der **Zucchini** abschneiden und **Zucchini** schräg in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

**Spitzpaprika** halbieren, Strunk und Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm breite Streifen schneiden.

**Zuchinischeiben** und **Paprikastreifen** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.



## Gemüse backen

**Gemüse** mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

**Knoblauch** mit aufs Blech legen und maximal 10 Min. mitbacken.

Das **Gemüse** nach Geschmack 10 – 15 Min. backen. Währenddessen in einen großen Topf reichlich heißes **Wasser\*** füllen, **salzen\***, zum Kochen bringen und mit dem Rezept fortfahren.



## Für den Tomatensalat

**Kirschtomaten** halbieren.

Kleine **Basilikumblätter** abzupfen. Restliche **Basilikumblätter** und **-stiele** beiseitelegen.

In einer kleinen Schüssel **Kirschtomaten** und kleine **Basilikumblätter** mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] milden **Essig\*** und 1 Prise **Zucker\*** vermischen und kurz marinieren lassen.

**Penne** ins kochende **Wasser** geben und 10 – 12 Min. bissfest garen.



## Für das Pesto

**Knoblauch** aus dem Ofen holen und abziehen.

**Basilikum** mit Stielen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden und in den Mixtopf geben.

**Hartkäse**, **Knoblauch** und **Cashewkerne** zugeben, **8 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

**Basilikumpaste**, 50 g [70 g | 80 g] **Öl\***, 30 g [45 g | 60 g] **Wasser\*** **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und **15 Sek./Stufe 4** zu einem **Pesto** verrühren.



## Fertigstellen

Gebackenes **Gemüse** in eine große Schüssel geben, **Balsamico-Crème** zugeben und unterrühren.

**Penne** nach der Garzeit durch den Varoma-Behälter abgießen und zurück in den Topf geben.

Die Hälfte des **Pestos** dazugeben und alles gut miteinander mischen.



## Anrichten

**Penne** auf tiefe Teller verteilen. **Antipasti-Gemüse** und **Tomatensalat** dazu anrichten.

**Büffelmozzarella** halbieren und je eine Hälfte in die Mitte der Bowl setzen.

**Büffelmozzarella** mit ein wenig **Olivenöl\*** beträufeln und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

**Pasta-Bowl** mit restlichem **Pesto** genießen.

Guten Appetit!