

Mediterrane Ravioli mit Kräuter-Käse-Bröseln dazu Paprika-Zucchini-Gemüse und frischer Oregano

Family Vegetarisch Thermomix hilft • 767 kcal • Tag 5 kochen

7



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



-  Ravioli mit Pilzfüllung
-  Zucchini
-  gelbe Paprika
-  Knoblauchzehe
-  rote Zwiebel
-  Oregano
-  Petersilie
-  geriebener Hartkäse
-  Kochsahne
-  Gemüsebrühe
-  Panko-Mehl
-  Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“
-  Gewürzmischung „Hello Paprika“

thermomix

⚡ 20 [20 | 25] Min. ⌚ 30 [30 | 35] Min.

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Wasser*

Los geht's

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

Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Pfanne, 1 kleine Schüssel und 1 großer Topf

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Ravioli mit Pilzfüllung 7) 8) 15)	300 g	450 g	600 g
Zucchini DE	1	1	2
gelbe Paprika NL BE ES	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
rote Zwiebel DE NL EG	1	1	2
Oregano/Petersilie	10 g	10 g	10 g
geriebener Hartkäse 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Kochsahne 7)	150 g	200 g	300 g
Gemüsebrühe 10)	4 g	6 g	8 g
Panko-Mehl 15)	30 g	50 g	50 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	2 g	2 g	4 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	2 g	4 g	4 g
Öl*, Wasser*	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. 520 g)
Brennwert	687 kJ/164 kcal	3586 kJ/857 kcal
Fett	7,27 g	37,97 g
– davon ges. Fettsäuren	2,80 g	14,60 g
Kohlenhydrate	18,27 g	95,37 g
– davon Zucker	2,76 g	14,42 g
Eiweiß	5,74 g	29,98 g
Salz	0,689 g	3,599 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 **10)** Sellerie **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **BE:** Belgien **ES:** Spanien **EG:** Ägypten



Für die Käsebrösel

Petersilie mit Stielen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden, in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** auf mittlerer Stufe erhitzen, **Panko** zugeben und 1 – 2 Min. goldbraun rösten.

Zerkleinerte **Petersilie** und die Hälfte des **geriebenen Hartkäses** zugeben und unterheben. **Käse-Kräuter-Brösel** in eine kleine Schüssel umfüllen.



Fiorelli kochen

Reichlich heißes **Wasser*** in einen großen Topf geben, **salzen*** und zum Kochen bringen.

Ravioli zugeben, Hitze reduzieren und 3 – 5 Min. sieden lassen.

Anschließend **Ravioli** durch den Varoma-Behälter abgießen und zurück in den Topf geben.



Schneiden & zerkleinern

Blättchen vom **Oregano** abzupfen.

Knoblauch und **rote Zwiebel** abziehen.

Zwiebel halbieren und in dünne Halbringe schneiden.

Paprika vierteln, entkernen und in 1 cm dicke Streifen schneiden.

Enden der **Zucchini** abschneiden und **Zucchini** in ca. 3 cm große Stücke schneiden.

Knoblauch und **Oreganoblättchen** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern.

Zucchinistücke zugeben, **2 Sek./Stufe 4,5** zerkleinern und alles mit dem Spatel nach unten schieben.



Fertigstellen

Soße mit Gemüse aus dem Mixtopf zu den **Ravioli** in den Topf geben.

Restlichen **Hartkäse** zugeben und vorsichtig vermischen.

Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Gemüse & Soße

10 g [15 g | 20 g] **Öl***, **Zwiebel-** und **Paprikastreifen** in den Mixtopf zugeben und **4 Min./100 °C/☞/Stufe 0,5** dünsten.

Kochsahne, **Gemüsebrühe**, 40 g [60 g | 80 g] **Wasser***, **Gewürzmischung „Hello Paprika“** und „Hello Buon Appetito“, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und **6 Min./98 °C/☞/Stufe 0,5** kochen.

Währenddessen fortfahren.



Anrichten

Ravioli mit Gemüse auf tiefen Tellern verteilen, mit **Käsebröseln** toppen und genießen.

Tipp: So richtig knusprig werden die Käsebrösel, wenn Du die Ravioli mit den Bröseln im Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze für ca. 5 Min. überbäckst.

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>

