



# SPAGHETTI AL LIMONE!

## Zitronige Pasta mit Brokkolini und Käsebröseln



**Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.**

**Bitte beachte daher folgendes:**

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter [www.hellofresh.de/menus/2020-W20](http://www.hellofresh.de/menus/2020-W20)

**Vielen Dank für Dein Verständnis!**



### HELLO BROKKOLINI

Die Entwicklung von Brokkolini wurde gemeinsam von Japan und den USA übernommen und hat insgesamt stolze acht Jahre gedauert.



Spaghetti



Brokkolini (Bimi)



geriebener Hartkäse



Gemüsebrühe



Kochsahne



Knoblauchzehe



Zitrone (gewachst)



Petersilie/ Zitronenthymian



geraspelter Hartkäse



Panko-Mehl



milde Chiliflocken



Butter



Schalotte

25 [25 | 30] Min. 30 [30 | 35] Min.

Stufe 1 Thermomix kocht

Veggie

7



# LOS GEHT'S

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.  
Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.  
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 großen Topf**, **1 kleine Pfanne** und **1 kleine Schüssel**.



## 1 ZERKLEINERN

Einen großen Topf mit reichlich Wasser füllen, **salzen\*** und zum Kochen bringen.

**Petersilie** mit Stielen in ca. 2 cm große Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Schalotte** und **Knoblauch** abziehen, **Schalotte** halbieren, beides zugeben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.



## 2 SOSSE KOCHEN

**10 g [15 g | 20 g] Öl\*** zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten.

Währenddessen **Brokkolini** in mundgerechte Stücke schneiden.

**Kochsahne**, **Gemüsebrühe**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf zugeben, anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **9 Min./90 °C/Stufe 1** erhitzen.

Währenddessen mit der Zubereitung fortfahren.



## 3 PASTA & BROKKOLINI

**★TIPP:** Koche Pasta und Gemüse gemeinsam, indem Du erst die Pasta im Wasser vorkochst, dann das Gemüse zugibst und beides gemeinsam zu Ende kochst.

**Spaghetti** ins kochende Wasser geben und 5 Min. vorkochen. Nach 5 Min. **Brokkolini** zugeben und beides weitere 3 Min. kochen, bis beides die gewünschte Bissfestigkeit erreicht hat. **Spaghetti** und **Brokkolini** durch den Varoma-Behälter abgießen und zurück in den Topf geben.

Währenddessen die **Brösel** zubereiten.



## 4 FÜR DIE BRÖSEL

**Blätter** vom **Zitronenthymian** abzupfen.

Eine kleine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. **Butter**, **Pankomehl** und **Zitronenthymian** zugeben und 1 – 2 Min. unter Rühren rösten, bis die **Brösel** goldbraun sind. **Brösel** in eine kleine Schüssel umfüllen, kurz abkühlen lassen und mit **geraspeltem Hartkäse** mischen.

**Zitrone** heiß abwaschen, Schale der **Zitrone** abreiben und **Zitrone** vierteln.



## 5 SOSSE VOLLENDEN

**1 TL [1½ | 2 TL] Zitronenabrieb**, **geriebenen Hartkäse** und **Chiliflocken** (**Achtung: scharf!**) in den Mixtopf zugeben und **2 Min./95 °C/Stufe 1** vermischen. **Soße** aus dem Mixtopf zur **Pasta** geben, gut mischen und nach Belieben mit **Zitronensaft**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 6 ANRICHTEN

Fertige **Pasta** auf tiefen Tellern verteilen, mit **Kräuterbröseln** toppen, restliche **Zitronenspalten** dazureichen und genießen.

**Guten Appetit!**

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Spaghetti 1)	250 g	375 g	500 g
Brokkolini (Bimi) UK   ES	200 g	300 g	400 g
geriebener Hartkäse 2) 5)	40 g	60 g	80 g
Gemüsebrühe	4 g	6 g	8 g
Kochsahne 5)	200 ml	300 ml	400 ml
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Zitrone, gewachst ES	1	1	1
Petersilie/Zitronenthymian	10 g	10 g	10 g
geraspelter Hartkäse 5)	40 g	60 g	80 g
Panko-Mehl 1)	30 g	50 g	60 g
milde Chiliflocken	2 g	2 g	4 g
Butter 5)	10 g	10 g	20 g
Schalotte NL	1	1	2
Öl* für Schritt 2	10 g	15 g	20 g
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	701 kJ/168 kcal	3.667 kJ/877 kcal
Fett	5,70g	29,79g
– davon ges. Fettsäuren	3,41g	17,83g
Kohlenhydrate	21,85g	114,25g
– davon Zucker	2,49g	13,01g
Eiweiß	6,40g	33,46g
Salz	0,241g	1,261g

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 2) Eier 5) Milch

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

## URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien UK: Vereinigtes Königreich NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-STD-40-004).

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59  
kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 720 816 005  
kundenservice@hellofresh.at

2020 | KW 20 | 7 HelloFRESH