



## V3: Zucchini-Garnelen-Pasta

mit Tomaten-Oliven-Pesto und Basilikum

20-30min 2 Personen

Es wird mal wieder so richtig italienisch heute, auch in puncto Farbe! Grünes Basilikum, rote Paprika und – mit etwas gutem Willen – weißer Käse entführen dich direkt in den Süden, die geschmeidigen Tagliatelle und ein aromatisches Pesto aus Oliven und getrockneten Tomaten tun ihr Übriges. Mit von der Partie sind außerdem frische Zucchini, geröstete Kürbiskerne und natürlich saftige Garnelen. Fantastico!

## Was du von uns bekommst

- 25g Kürbiskerne
- 200g Tagliatelle 1
- 1 Packung Garnelen, aufgetaut  
2
- 1 rote Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1 Zucchini
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Basilikum
- 1 Stück italienischer Hartkäse 7
- 1 Becher Tomaten-Oliven-Pesto

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Gluten (1), Krebstiere (2), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 819kcal, Fett 33.5g, Kohlenhydrate 91.1g, Eiweiß 35.8g



**1. Kürbiskerne anrösten**



**2. Garnelen vorbreiten**



**3. Gemüse schneiden**



**4. Pasta kochen**



**5. Gemüse braten**



**6. Anrichten und servieren**