

## Italienische Fussili

mit Pilz-Tomaten-Sauce und Rucola



20-30min



2 Personen

Wir können gar nicht genug bekommen von der Veggie-Pasta, die aus frischen Pilzen und Gemüse gekocht wird. Die Korkenzieher-ähnlichen Nudeln sehen nicht nur lustig aus, sondern saugen die köstliche Sauce so richtig schön auf. Dazu gibt es noch eine Portion Rucola-Salat und es werden auch die Kleinsten satt.

## Was du von uns bekommst

- 7
- 9

## Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Pfanne
- Kochtopf
- Küchenreibe
- Sieb

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

### Kochtipps

Pilze putzt man am besten mit einem Stück Küchenkrepp oder einer Pilzbürste.

### Allergene

Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 680kcal, Fett 17.8g, Kohlenhydrate 101.6g, Eiweiß 24.5g



### 1. Zutaten vorbereiten

Ausreichend, gesalzenes Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. **Pilze** putzen, **Karotte** schälen, beides grob raspeln. **Knoblauch** und **Zwiebel** schälen, fein hacken. **Sellerie** fein hacken.

**Getrocknete Tomaten** abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Blätter vom **Thymian** grob von den Stielen streifen. **Käse** reiben.



### 4. Pilze zugeben

**Pilze, Knoblauch, getrocknete Tomaten, Thymian** und Hälfte des **Italian Allrounder** zugeben und ca. 7-8Min. braten. Ab und zu umrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 2. Pasta kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Pasta** zugeben und für ca. 8-11Min. bissfest kochen. Die Pasta durch ein Sieb abgießen und dabei eine Tasse Kochwasser auffangen.



### 5. Pasta hinzufügen

Sobald das Gemüse bissfest gegart ist, die abgetropfte **Pasta** sowie etwas Kochwasser und die Hälfte des **Käses** unterheben. Ggf. mit Salz und Pfeffer und restlichem Italian Allrounder nachschmecken. Alles gut miteinander vermengen.



### 3. Gemüse kochen

Inzwischen große Pfanne mit 1-2EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. **Zwiebel, Karotten** und **Sellerie** ca. 4-5Min. unter ständigem Rühren anbraten.



### 6. Fertigstellen

Pasta anrichten und **Rucola** sowie restlichen **Käse** darüber verteilen.