

Orzo mit selbst gemachtem Calabrese Pesto verstecktem Gemüse und großem Käsechip

Family Vegetarisch 25 – 35 Minuten • 741 kcal • Tag 3 kochen



Orzo-Nudeln



Portobello-Pilze



rote Spitzpaprika



Zwiebel



Basilikum



Zitrone, gewachst



Frischecreme



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gewürzmischung
„Hello Paprika“



Gemüsebrühpulver



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Pfeffer*, Wasser*, Olivenöl*, Öl*, Salz*, Butter*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 hohes Rührgefäß, 1 Pürierstab und 1 große Pfanne mit Deckel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Orzo-Nudeln 15	180 g	240 g	360 g
Portobello-Pilze	2	3	4
rote Spitzpaprika NL ES MA	2	3	4
Zwiebel DE NL EG	1	1	2
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Zitrone, gewachst ES ZA AR TR CL EG	1	1	1
Frischcreme 7)	100 g	150 g	200 g
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	4 g	6 g	8 g
Gemüsebrühpulver 10)	6 g	8 g	12 g

**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. 640 g)
Brennwert	488 kJ/117 kcal	3100 kJ/741 kcal
Fett	5,3 g	33,8 g
– davon ges. Fettsäuren	2,6 g	16,3 g
Kohlenhydrate	12,5 g	79,3 g
– davon Zucker	2,4 g	15,2 g
Eiweiß	4,2 g	26,4 g
Salz	0,49 g	3,09 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 **MA:** Marokko
ES: Spanien **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien **TR:** Türkei **CL:** Chile
EG: Ägypten



1 Spitzpaprika backen

Erhitze 360 ml [480 ml | 720 ml] **Wasser** im Wasserkocher.

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

Spitzpaprika halbieren, entkernen und in je 3 Stücke teilen.

Paprika auf einem mit Backpapier belegten Backblech geben und mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Die Hälfte des **Hartkäses** daneben in 2 [3 | 4] flache Häufchen aufteilen und im Ofen 10 – 12 Min. backen, bis die **Paprika** weich und bis die **Chips** goldbraun sind.



4 Für das Calabrese Pesto

Backblech aus dem Ofen nehmen. **Käsechips** darauf abkühlen lassen.

Währenddessen **Basilikumblätter** von Stiel abzupfen.

Zitrone in 6 Spalten schneiden.

Paprikastücke, „Hello Paprika“, die Hälfte der **Basilikumblätter**, restlichen **Hartkäse** und **Soft** aus 1 [1 | 2] **Zitronenspalte** in ein hohes Rührgefäß geben und mithilfe eine Pürierstabs glatt pürieren.

Calabrese Pesto mit **Salz***, **Pfeffer*** und nach Belieben mit etwas **Zitronensaft** abschmecken.



2 Währenddessen

Zwiebel halbieren und grob hacken.

Portobellos fein hacken.



5 Orzo vollenden

Sobald die **Orzo-Nudeln** gar sind, das **Calabrese Pesto**, die Hälfte der **Frischcreme** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter*** untermengen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



3 Orzo garen

In einer großen Pfanne mit Deckel 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. **Zwiebel** und **Portobello** darin 4 – 6 Min. scharf anbraten.

Orzo in die Pfanne geben und mit 360 ml [480 ml | 720 ml] heißem **Wasser*** und **Gemüsebrühe** ablöschen. Umrühren und abgedeckt für 12 – 15 Min. auf mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die **Orzo-Nudeln** gar sind.



6 Anrichten

Restliche **Basilikumblätter** in feine Streifen schneiden. **Orzo-Nudeln** auf Teller verteilen und nach Belieben mit restlicher **Frischcreme** und **Basilikum** toppen.

Mit **Käsechips** garnieren und genießen.

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>

