

Orzo mit selbst gemachtem Calabrese Pesto verstecktem Gemüse und großem Käsechip

Family Vegetarisch **schnell** Thermomix hilft • 708 kcal • Tag 3 kochen



Orzo-Nudeln



Portobello-Pilze



rote Spitzpaprika



Zwiebel



Basilikum



Zitrone, gewachst



Frischecreme



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gewürzmischung
„Hello Paprika“



Gemüsebrühpulver

**ELTERN ♥
DIESEN TRICK:**
Essen fertig in 15 Min.



ZEIT SPAREN

Nächste Woche
im Menü:
**STROZZAPRETI PASTA
MIT BOLOGNESE**



Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

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

Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier, 1 Auflaufform und 1 große Pfanne

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 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	466 kJ/111 kcal	2961 kJ/708 kcal
Fett	4,6 g	29,4 g
– davon ges. Fettsäuren	2,1 g	13,1 g
Kohlenhydrate	13 g	82,8 g
– davon Zucker	2,7 g	16,9 g
Eiweiß	4,2 g	26,9 g
Salz	0,49 g	3,14 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 **ES:** Spanien **MA:** Marokko **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien **EG:** Ägypten



Spitzpaprika backen

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

Spitzpaprika halbieren, entkernen und in je 3 Stücke teilen.

Paprika in eine Auflaufform geben, mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und für 10 – 12 Min. im Ofen backen, bis die **Paprika** weich ist.

Währenddessen fortfahren.



Für die Hartkäsechips

Wenn die **Paprika** gar ist, die Auflaufform aus dem Ofen nehmen.

Die Hälfte des **Hartkäses** auf einem mit Backpapier belegten Backblech zu 2 [3 | 4] flachen Häufchen verteilen und im Ofen für ca. 5 – 7 Min. backen, bis die **Chips** goldbraun sind. Herausnehmen und auf dem Blech abkühlen lassen.

Währenddessen **Basilikumblätter** von den Stängeln abzupfen.

gewachste Zitrone

Bitte beachte, dass die im Lieferumfang enthaltene Schale der Zitrone möglicherweise konventionell mit Bienenwachs behandelt wurde und diese somit nicht als vegan ausgewiesen werden kann. Für die Zubereitung des Gerichts wird die Schale der Zitrone jedoch nicht benötigt.



Zerkleinern & dünsten

Portobellos in grobe Stücke schneiden.

Zwiebel abziehen, halbieren, in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern. Portobellostücke zugeben und **5 Sek./Stufe 4,5** zerkleinern.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und zerkleinerten **Zwiebel-Portobello-Mix** darin 3 – 4 Min. anschwitzen.



Für das Calabrese Pesto

Paprikastücke, „Hello Paprika“, die Hälfte der **Basilikumblätter**, restlichen **Hartkäse** und **Soft** aus 1 [1 | 2] **Zitronenspalte** in den Mixtopf geben und **7 Sek./Stufe 8** pürieren. **Calabrese Pesto** mit **Salz***, **Pfeffer*** und nach Belieben mit etwas **Zitronensaft** abschmecken.



Orzo garen

Pfanneninhalt mit 360 ml [480 ml | 720 ml] **Wasser*** ablöschen. **Gemüsebrühpulver** zugeben und aufkochen lassen.

Orzo zugeben und abgedeckt für 12 – 15 Min. auf mittlerer Stufe köcheln lassen, bis die **Orzo-Nudeln** gar sind.

Zitrone in 6 Spalten schneiden und fortfahren.



Anrichten

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

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!