



# Orzo mit selbst gemachtem Calabrese Pesto verstecktem Gemüse und großem Käsechip

Family Vegetarisch schnell 25 – 35 Minuten • 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 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 <b>15)</b>	180 g	240 g	360 g
Portobello-Pilze	2	3	4
rote Spitzpaprika <b>NL   ES   MA</b>	2	3	4
Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	1	2
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Zitrone, gewachst <b>ES   ZA   AR   EG</b>	1	1	1
Frischecreme <b>7)</b>	100 g	150 g	200 g
Hartkäse ital. Art, gerieben <b>7) 8)</b>	40 g	60 g	80 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	4 g	6 g	8 g
Gemüsebrühpulver <b>10)</b>	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

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.



## 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.

### 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.



## Währenddessen

**Zwiebel** halbieren und grob hacken.

**Portobellos** fein hacken.



## Orzo vollenden

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

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



## 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.



## Anrichten

Restliche **Basilikumblätter** in feine Streifen schneiden.

**Orzo-Nudeln** auf Teller verteilen und nach Belieben mit restlicher **Frischecreme** 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>

