

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



- 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 EG	1	1	1
Frischecreme 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



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.

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.



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 **Frischecreme** 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 **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>

