

Gebackener Hirtenkäse an Tomatengemüse mit Kalamata Oliven, Knoblauchfladenbrot und Salat

Vegetarisch 35 – 45 Minuten • 3007 kJ/719 kcal • Tag 3 kochen

17



Hirtenkäse



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Mini-Fladenbrot



Frühlingszwiebel



Tomate



Balsamico-Crème



Rucola



Kalamata-Oliven



Gewürzmischung
„Hello Mezze“



rote Spitzpaprika



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

Gut im Haus zu haben

Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

1 Auflaufform, 1 Backblech mit Backpapier und große 1 Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hirtenkäse 7)	150 g	200 g	300 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Mini-Fladenbrot 3) 15)	150 g	300 g	300 g
Frühlingszwiebel DE EG IT	1	1	2
Tomate DE	3	4	6
Balsamico-Crème 14)	12 g	12 g	24 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Kalamata-Oliven	70 g	70 g	140 g
Gewürzmischung „Hello Mezze“	2 g	3 g**	4 g
rote Spitzpaprika NL ES	1	2	2

Olivenöl* Angaben im Text
Salz*, Pfeffer* nach Geschmack

*Gut, im Haus zu haben

**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. 500 g)
Brennwert	598 kJ/143 kcal	3007 kJ/719 kcal
Fett	8,64 g	43,42 g
– davon ges. Fettsäuren	1,52 g	7,63 g
Kohlenhydrate	10,68 g	53,69 g
– davon Zucker	2,67 g	13,44 g
Eiweiß	5,59 g	28,09 g
Salz	0,909 g	4,570 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: **3)** Sesam **7)** Milch (einschließlich Laktose) **14)** Schwefeldioxid und Sulfite **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien **IT:** Italien



Käse marinieren

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

Hirtenkäse in eine Auflaufform geben.

Knoblauch abziehen und die Hälfte fein hacken.

Hirtenkäse mit 2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl***, **Gewürzmischung „Hello Mezze“**, gehacktem **Knoblauch** und 1 Prise **Pfeffer*** marinieren.



Für den Salat

Gebackenes **Gemüse** in eine große Schüssel geben, **Balsamicocreme** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** unterrühren.

Im letzten Moment **Rucola** unter das **Ofengemüse** heben. Nach Geschmack noch mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

Das Backblech brauchst du noch.



Für die Paprika

Zwiebel abziehen, halbieren und in dicke Streifen schneiden.

Spitzpaprika halbieren, Strunk und Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm breite Streifen schneiden.

Paprikastreifen und **Zwiebelstreifen** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.

Mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und 10 – 15 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist.



Brot aufbacken

Mini-Fladenbrot in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Fladenbrotscheiben auf dem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit 2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl*** bestreichen.

In den letzten 5 Min. der Hirtenkäse-Backzeit **Brot**scheiben mit in den Ofen geben und knusprig aufbacken. Anschließend aus dem Ofen nehmen und mit dem restlichen **Knoblauch** einreiben. Mit 1 Prise **Salz*** würzen.



Käse backen

Tomate halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

Weiß- und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** getrennt voneinander in feine Ringe schneiden.

Kalamata-Oliven grob hacken.

Tomatenwürfel, gehackte **Oliven** und **weiße Frühlingszwiebelringe** um den **Hirtenkäse** herum verteilen und für 20 Min. in den Backofen geben, bis die **Tomatenwürfel** sehr weich sind.



Anrichten

Gebackenen **Hirtenkäse** mit **Ofengemüse** auf Teller verteilen.

Mit grünen **Frühlingszwiebelringen** bestreuen und zusammen mit **Salat** und **Knoblauchbrot** 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>

